



الخميس 13 شوال 1441هـ - الموافق: 04 يونيو 2020 م

الثمن: 20 أوقية



لجنة اليقظة الإقتصادية المنبثقة عن اللجنة الوزارية تعقد اجتماعها الثاني :

بلورة خطة لإقتصاد أكثر ديمومة بالتركيز على تثمين المقدرات الوطنية



عقدت لجنة اليقظة الإقتصادية المنبثقة عن اللجنة الوزارية برئاسة الوزير الأول المكلفة بمكافحة جائحة كورونا، اجتماعها الثاني أمس الأربعاء.

وترأس الاجتماع وزير الإقتصاد والصناعة السيد عبد العزيز ولد الداهي، رئيس اللجنة، بحضور أعضائها.

وأكد وزير الإقتصاد والصناعة في تصريح للوكالة الموريتانية للأنباء، أن الهدف من الاجتماع كان تدارس آخر تطورات الوضع الإقتصادي الوطني والعالمي الذي يمكن وصفه بالضبابي والغير مطمئن.

وأضاف أن هذا الاجتماع يأتي بعد مصادقة الحكومة الموريتانية في 06 مايو 2020، على خطة لمواجهة جائحة كورونا.

3

وضعية كورونا في بلادنا:

تسجيل حالتي شفاء و77 إصابة جديدة و 3 وفيات

أعلن مدير الصحة العمومية الدكتور سيدي ولد الزحاف مساء أمس الأربعاء، خلال النقطة الصحفية اليومية لوزارة الصحة تسجيل حالتي تعافي و3 وفيات و77 حالة جديدة من فيروس كورونا المستجد، موزعة على النحو التالي:

- لكصر1
- تفرغ زينة 27
- عرفات7
- الميناء 14
- الرياض1
- دار النعيم7
- تيارت10
- توجنين4
- بنشاب6

وأكد مدير الصحة العمومية أن مصالحنا الصحية توصلت لهذه النتيجة بعد إجراء287 فحصا من بينها46 فحص للمتابعة، ليرتفع بذلك إجمالي الإصابات المؤكدة في بلادنا حتى الآن إلى 745حالة، منها 57حالة تعافي و34حالة وفاة.

مركز الاستطباب بأطار:

تطلع مشروع لتوفير خدمات أفضل



أدى والي آدرار السيد حد ادي أمباري ياترا، صباح أمس الأربعاء، زيارة تفقد واطلاع لمركز الاستطباب بأطار، مكنته من الوقوف على طبيعة عمل هذه المؤسسة الصحية الهامة، وما تعانيه من نواقص وما تحتاجه من مستلزمات لكي تواكب التطلعات الصحية للمواطنين في الولاية.

وأوضح الوالي خلال اجتماع له مع إدارة المستشفى أن هذه الزيارة تهدف إلى الوقوف عن كثب على المشاكل التي يعاني منها المستشفى، مضيفا أن رئيس الجمهورية السيد محمد ولد الشيخ الغزواني يولي عناية خاصة لصحة المواطنين تجسدت في التكفل التام بنقل المرضى والتكفل بالعلاجات الأولية.

4

ضمن برنامج "أولوياتي":

انطلاق حملة لتنظيف مدينة كيهيدي



أشرف والي كوركول السيد احمدنا ولد سيد أب، مساء الثلاثاء بمدينة كيهيدي على انطلاق حملة لنظافة مدينة كيهيدي، وذلك ضمن برنامج "أولوياتي" لرئيس الجمهورية السيد محمد ولد الشيخ الغزواني، والذي تستفيد منه 33 بلدية على عموم التراب الوطني.

وستمكن هذه الحملة- المنظمة من طرف وزارة الداخلية واللامركزية وتنفذها بلدية كيهيدي- من توفير فرص للعمل من خلال اكتتاب عدد معتبر من العمال للسهر على نظافة المدينة التي هي عاصمة الولاية واعطائها الوجه اللائق بها.

3





وزير التنمية الريفية يستقبل رئيس بعثة الاتحاد الأوروبي في موريتانيا



استقبل وزير التنمية الريفية، السيد الدي ولد الزين، أمس الأربعاء بمكتبه في نواكشوط، السفير، رئيس بعثة الاتحاد الأوروبي في موريتانيا، سعادة السيد جياكومو ديرازو.

وأطلع الوزير الدبلوماسي الأوروبي على الخطط والبرامج التي ينفذها القطاع خصوصا فيما يتعلق منها بالتخفيف من التأثيرات السلبية لجائحة كورونا على الظروف المعيشية للمواطنين وخصوصا سكان المناطق الريفية.

وثمن الدعم الذي تقدمه مندوبية الاتحاد الأوروبي لبلادنا للتصدي لهذه الجائحة ومخلفاتها.

وحث الوزير خلال اللقاء على المزيد من التنسيق لضمان تنفيذ محكم للمشاريع المشتركة المتعلقة بتنمية المنشآت الريفية والشعب الزراعية.

من جانبه رحب المسؤول الأوروبي بالمقترحات الواردة في مداخلة الوزير، متعهدا بمواصلة المزيد من الدعم لهذا القطاع.

جرت المقابلة بحضور الأمينة العامة للوزارة، السيدة زينب بنت أحمدناه، وبعض كبار المسؤولين في القطاع.

والي الحوض الشرقي يحث على التسيير الشفاف للبرنامج الرعوي الخاص على مستوى تمبدغة





طالب والي الحوض الشرقي السيد الشيخ ولد عبد الله ولد أواه أعضاء اللجنة المقاطعية المكلفة بتسيير البرنامج الرعوي الخاص بالمنمين على مستوى مقاطعة تمبدغه بالسهر على تطبيق العدالة وتوخي أقصى درجات الشفافية في توزيع الكميات المخصصة للمنمين حتى تعم الاستفادة ويعطي البرنامج الذي كلف الدولة الموريتانية مبالغ كبيرة النتائج المطلوبة.

ودعا الوالي جميع المسيرين، خلال الاجتماع الذي عقده يوم الثلاثاء في مدينة تمبدغة، إلى الالتزام بالتوجيهات الصادرة عن اللجنة الجهوية المكلفة بتسيير البرنامج الرعوي الخاص على مستوى الحوض الشرقي.

وطالب المتدخلون خلال هذا الاجتماع بزيادة الكميات المخصصة للمقاطعة وإيجاد طريقة تضمن ولوج المنمين الكبار إلى حصصهم بشكل انسيابي خصوصا خلال هذا الشهر الذي يعتبره المنمون ذروة فصل الصيف.

وكان الوالي قد أعطى قبل ذلك إشارة انطلاق حملة نظافة مدينة تمبدغة التي تندرج في إطار تنفيذ برنامج رئيس الجمهورية السيد محمد ولد الشيخ الغزواني "تعهداتي".

اترارزة: حرق كميات معتبرة من المخدرات والخمور

تم أمس الأربعاء بمدينة روصو حرق كميات معتبرة من الحشيش وحبوب الهلوسة والكوكايين والخمور ولحم الخنازير بإشراف والي اترارزة المساعد السيد محمد فال ولد محمد محمود صحبة رئيس محكمة الولاية ووكيل الجمهورية بمحكمة المدينة وقاضي التحقيق.

وأوضح وكيل الجمهورية بمحكمة روصو القاضي سيد محمد ولد مولاي أحمد في تصريح للوكالة الموريتانية للأنباء أن هذه الكميات عبارة عن 80 كلغ من الحشيش و750 قرص من حبوب الهلوسة و720 قنينة من الخمور و100 كلغ من لحم الخنزير البري الجاف و40 غرام من الكوكايين.

وأشار إلى أن هذه الكميات تمت مصادرتها بأحكام قضائية، مثمنا جهود الضبطية القضائية من قطاعي الدرك والشرطة في ضبط هذه الكمية.

جرت عملية الحرق بحضور حاكم روصو المساعد والسلطات العسكرية والأمنية بالولاية.





بقلم: محمد ولد سيدنا عمر

ولد صمبه .. زرع الأمل .. فحصد الألم

كان آخر مشهد رأيته (عمر) وهو يلعب ضحى بالمنزل، أذكر أنه كان يلبس قميصا أبيض وسروالا قصيرا مخططا... بهذا بدأ "الشيخ ولد صمب" سرد تفاصيل قصته الحزينة مع المرض الذي أفقده حبيبته. إنه عسكري متقاعد، في الهندسة العسكرية، تشير أوراقه الثبوتية إلى أنه من مواليد 1966 بمقاطعة كرمسين، أب لثمانية أبناء، اختار لهم أسماء جميلة تنم عن إيمان قوي: محمد، عمر، عثمان، الزهرة، أم الفضل.

يقطن "ولد صمبه" في مقاطعة توجنين، في حي شعبي حديث العهد بالتخطيط.. يصعب الوصول لمسكنه بسبب وعورة الطريق.

في غرفة صغيرة، نوافذها ضيقة، وطلاؤها باهت، تتكدس في زاوية منها أغطية وملابس مستعملة، يجلس الشيخ مع صغيره (عثمان) ويقول إنه يحتفظ ببقايا صور مشوشة لملامح وجهه المدور..

يُرهف "ولد صمبه" سمعه، لصوت ينبعث من مذياع عتيق، أهداه له أحد جيرانه الطيبين، تتساقط حبات السُبحة بين أصابعه وهو يُناجي ربه بأذكار وأدعية مسائية..

يفرغ من أوراده.. فيبدأ الحديث عن رحلته إلى الشمال.. حيث رافق بعثة قادمة من "النرويج" تعمل في نزع الألغام، في حديثه حنين جارف لتلك الأيام، وشعور بالزهو، "كنت أفدي الأبرياء، وأزرع الأمل في صحراء قاحلة يتحول هدوءها في بعض الأحيان إلى عاصفة".

(عين بنتيلي، حاسي لوبز، اخنيك لجواد) أماكن نائية من وطني الحبيب، كان لي الشرف في تطهيرها من الألغام.

تبلغ درجات الحرارة في هذه المنطقة معدلات مرتفعة، وقد تسببت لي في صداع شديد، لم تنفع معه الأقراص المهدئة ولا كؤوس الشاي المعتق، ولا العلاج التقليدي.

كنت مُضطرا للذهاب إلى العاصمة، فقد جربت أنواعا متعددة من العلاجات، فشلت كلها في القضاء على الصداع العنيد.. بعد ماراثون طويل من الفحوصات، كان وقع النتيجة صادما. قالها بمرارة أخبرني الطبيب أنني مصاب بـ "ضغط العين" وأنه لا أمل في الشفاء بعد أن استفحل المرض. أصبت بصدمة كبيرة.. علمت أنني بعد فترة وجيزة سأنضم لعالم العُميان.. بدأت الرؤية تتناقص بدرجة كبيرة، لم يكن أمامي إلا الرضا بالقدر، وتخيل الواقع بدل الإحساس بالرؤية.

يقضي أغلب وقته في الاستماع للمحاضرات الدينية عبر أثير إذاعة القرآن الكريم، وتمنى أن يصل صدى معاناته أصحاب القلوب الرحيمة ليعينوه على دهر "قلب له ظهر المجن" فأصبح رهين المحبسين (الفقر والعمى).

سألناه كيف يتدبر معيشته فرد علينا بقوله: " لولا مساعدة الجيران من المحسنين لعجزت عن توفير الضروريات.

علمنا أن "ولد صمبه" يُعيل أسرة كبيرة العدد ولا دخل له سوى تعويض تقاعدي ضئيل يسدد له كل 3 أشهر.

فجأة تقطع حديثنا زوجته (عائشة) وهي شابة في عقدها الثالث.. ترتسم على وجهها ملامح حزن عميق، تُحدثنا عن المعاناة التي سببها فقد الزوج لعمله وبصره، وتضيف بمرارة تخنقها العبرات: "لقد فرضت على هذه الظروف البحث عن عمل لمساعدة زوجي على تحمل أعباء الأسرة"

عملت صباغة للثياب.. كانت مهنة شاقة تتطلب الخروج باكرا.. ودخول معمعة النقل الحضري في العاصمة من بوابة "الحافلة القديمة" في رحلة طويلة ومعقدة.. تتحمل الصبر على المواد الكيماوية بروائحها الخطيرة.. قالت إنها تسببت لها في نوبات من الربو والحساسية الجلدية.

في المساء تعود أدراجها، بعد يوم شاق ورحلة أكثر تعقيدا، تسبقها معركة البحث عن حافلة وكثيرا ما تضطر للسير راجلة إلى ملتقى" مدريد" صبر عائشة لا ينفد هنا، حيث تدلف مباشرة إلى المطبخ لتحضر العشاء إيذانا بولوج بوابة الهم الأسري مرورا بغسيل الملابس وترتيب أمور المنزل.

صمَتَ "ولد صمبه" بُرهة طويلة وقال: "أملي في الله كبير، وأمل بصدق أن يعجل فخامة رئيس الجمهورية بتطبيق برنامجه "تعهداتي" خاصة محور وكالة "تآزر" الذي يهتم بتحسين ظروف عيش المهمشين والطبقات الضعيفة في المجتمع.

القصص الإنسانية تنقل الواقع المُر، فترق لها القلوب الرحيمة، وهي رسائل من الواقع لمن يهمهم الأمر.

الرفق بالمستضعفين من طبقات المجتمع، في عالم لا يرحم، هو جوهر الإنسانية، وموقف نبيل تكفله دولة القانون والمساواة.

وزير الدفاع الوطني يستقبل سفير جمهورية الصين الشعبية



استقبل وزير الدفاع الوطني السيد حننه ولد سيدي أمس الأربعاء بمكتبه في نواكشوط سفير جمهورية الصين الشعبية المعتمد لدى بلادنا، سعادة السيد أزهانغ اجيانغو.

وتناول اللقاء، الذي جرى بحضور الأمين العام لوزارة الدفاع الوطني اللواء محمد فال ولد أمعييف، علاقات التعاون المثمر القائم بين البلدين والسبل الكفيلة بتعزيزها وتطويرها، خاصة في مجال الدفاع.

ضمن برنامج "أولوياتي":

انطلاق حملة لتنظيف مدينة كيهيدي



أشرف والي كوركول السيد احمدنا ولد سيد أب، مساء الثلاثاء بمدينة كيهيدي على انطلاق حملة لنظافة مدينة كيهدي، وذلك ضمن برنامج "أولوياتي" لرئيس الجمهورية السيد محمد ولد الشيخ الغزواني، والذي تستفيد منه 33 بلدية على عموم التراب الوطني.

وستمكن هذه الحملة- المنظمة من طرف وزارة الداخلية واللامركزية وتنفذها بلدية كيهيدي- من توفير فرص للعمل من خلال اكتتاب عدد معتبر من العمال للسهر على نظافة المدينة التي هي عاصمة الولاية وإعطائها الوجه اللائق بها.

وأوضح الوالي، في كلمة بالمناسبة، أهمية هذه الحملة التي تستهدف تنظيف السوق المركزي، بالإضافة إلى أماكن تجمع القمامة في الشوارع الرئيسية وبعض الممرات الجانبية ومداخل المدينة والساحات العمومية.

وأشار إلى أهمية هذه الحملة في إعطاء عاصمة الولاية المنظر اللائق بها وخاصة قبل موسم الأمطار حيث تنتشر الأوبئة والجراثيم في المستنقعات الآسنة مع تكدس أكوام القمامة في الشوارع، مبينا أن هذه الحملة ستساهم في توفير عشرات فرص الشغل وكذا العمل على تنقية البيئة خدمة للصحة العمومية.

بدوره عبر عمدة بلدية كيهيدي السيد طاهرا برادجي، عن سعادته بالعمل لجعل كيهيدي مدينة نظيفة بفضل سواعد أبنائها وما تمثله النظافة من أهمية قصوى في الوسط الحضري، مشيرا إلى أن كل الوسائل والأدوات الضرورية لإنجاح هذه الحملة تم توفيرها بالقدر الكافي.

جرى انطلاق الحملة بحضور حاكم مقاطعة كيهيدي السيد محمد يسلم ولد أبوه وقادة الأجهزة الأمنية بالولاية.

في سياق آخر افتتحت يوم الثلاثاء في مدينة كيهيدي ورشة تحيين وتحليل للمعطيات الفصلية الخاصة بالأمن الغذائي في مقاطعتي كيهيدي وامبود، نظمها برنامج الغذاء العالمي ومفوضية الاتحاد الأوروبي للحماية المدنية والإغاثة الإنسانية.

وتناقش الورشة، التي تنفذها منظمة "أوكسفام" ومفوضية الأمن الغذائي، المعطيات المجموعة من طرف الجماعات المحلية المراقبة لتطورات الأمن الغذائي ميدانيا في 16 بلدية بكيهيدي وامبود عن طريق مشروع دعم مفوضية الأمن الغذائي والسلطات المركزية واللامركزية ذات الصلة بإنشاء آلية للإنذار المبكر والاستجابة للصدمات بشأن الأمن الغذائي.

وفي كلمته في افتتاح الورشة أكد مستشار والي كوركول المكلف بالشؤون الاقتصادية والتنمية المحلية السيد محمد ولد جدو ولد العيل أن سياسة الأمن الغذائي تمثل أولوية خاصة في برنامج تعهداتي لفخامة رئيس الجمهورية السيد محمد ولد الشيخ الغزواني الذي تعكف الحكومة على تنفيذه مما يمنح قيمة خاصة لموضوع هذه الورشة وما ستضيفه من تحيين وتحليل للبيانات الظرفية حول الأمن الغذائي اهتماما بالطبقات الهشة وسعيا في ترسيخ دعائم التنمية المتوازنة.

وأضاف المستشار أن تعزيز نظام الإنذار المبكر حول التغذية ومراقبة الكوارث في الوسط الريفي يعتبر من أهم محددات الاستجابة الفورية ميدانيا لحاجيات التنمية المندمجة.

وأضاف المستشار أن تشخيص حصيلة مؤقتة للمنتوجات الزراعية والرعوية في مختلف البلديات التي يتدخل بها المشروع سيتم من خلاله إشراك نتائج الورشة في تصور عام للوضعية في الولاية ليتم استكمالها وإقرارها من طرف المصالح الفنية المختصة في الدولة ليتم البناء عليها لاحقا في التدخل التنموي المناسب.

جرت وقائع افتتاح الورشة بحضور حاكم مقاطعة كيهيدي محمد يسلم ولد أبوه وعمدة بلدية كيهيدي طاهرا برادجي والمندوب الجهوي للأمن الغذائي بكوركول الطالب مصطف ولد خطري.

لجنة اليقظة الإقتصادية تعقد اجتماعها الثاني

عقدت لجنة اليقظة الإقتصادية المنبثقة عن اللجنة الوزارية برئاسة الوزير الأول المكلفة بمكافحة جائحة كورونا، اجتماعها الثاني أمس الأربعاء.

وترأس الاجتماع وزير الإقتصاد والصناعة السيد عبد العزيز ولد الداهي، رئيس اللجة، بحضور أعضائها.

وأكد وزير الإقتصاد والصناعة في تصريح للوكالة الموريتانية للأنباء، أن الهدف من الإجتماع كان تدارس آخر تطورات الوضع الإقتصادي الوطني والعالمي الذي يمكن وصفه بالضبابي والغير مطمئن.

وأضاف أن هذا الإجتماع يأتي بعد مصادقة الحكومة الموريتانية في 06 مايو 2020، على خطة لمواجهة جائحة كورونا.

وقال الوزير إن اللجنة ناقشت أربع نقاط رئيسية، تتعلق أولاها بمحاولة تشخيص دقيق للوضع الوطني، الذي تميز في الأونة الأخيرة بإنتشار لافت للجائحة وهي مناسبة للتأكيد على ضرورة الأخذ بتعليمات رئيس الجمهورية السيد محمد ولد الشيخ الغزواني فيما يتعلق بالاجراءات الإحترازية، مضيفا أن الوضع الإقتصادي وفق توقعات البرنامج سيصل إلى حوالي ناقص اثنان بالمائة، مما يسفر عن عجز في الميزانية يقدر ب خمسة في المائة، مع أن التضخم لايزال متحكما فيه، وأن الأسواق ممولة بشكل جيد.

أما النقطة الثانية - يضيف الوزير - فتتعلق بنسبة تعبئة الموارد المالية مؤكدا أننا حصلنا على نسبة 55 في المائة من هذه الموارد والترتيبات جارية للحصول على النسبة المتبقية، وضمن هذا السياق شكر الوزير صندوق النقد العربي والصندوق العربي للإنماء الاقتصادي والاجتماعي والبنك الدولي والإتحاد الأوروبي والوكالة الفرنسية للتنمية.

اما بخصوص النقطة الثالثة فتتعلق بقيام مجموعة العشرين بتجميد الديون وجدولة تسديدها، وموريتانيا كانت من أوائل الدول التي وقعت على بيان مجموعة العشرين وستنضم دول خارج المدجموعة إلى هذا المسار للحصول على نتائج إيجابية.

وأضاف الوزير أن موريتانيا طالبت على لسان رئيس الجمهورية السيد محمد ولد الشيخ الغزواني، بإلغاء كامل الديون، ضمن نداء نواكشوط الذي لقي صدى إيجابيا لدى الإتحاد الأوروبي والإتحاد الإفريقي.

وبين الوزير أن النقطة الرابعة، تمثلت في استخلاص الدروس من الجائحة في ظرفية دولية تشهد تحولات عميقة.

وضمن هذا الإطار وتجسيدا لتعليمات رئيس الجمهورية السيد محمد ولد الشيخ الغزواني، سيتم القيام ببلورة خطة لإقتصاد أكثر ديمومة وذلك بالتركيز على تثمين المقدرات الوطنية كالتنمية الحيوانية والصيد والطاقة المتجددة ودور القطاع الخاص وتقنيات الإعلام والإتصال، اللذين سيشكلان رافعتين مهمتين للإقتصاد الوطني.



"لمكَام أستر"!

شيخ يتوضأ جنب أحد مساجد العاصمة سمع قارئا يقرأ قول الله تعالى عن النار "الصديقة": {نحن جعلناها تذكرة ومتاعا للمقوين} فقال بخشوع: اللهم اجعلنا من المقوين. قلت له برفق: المقوون المسافرون. قال بعصبية: "ذاك ما تعرف لو شي". فتذكرت أمثالا شعبية تصدَّقَ عليه منها "لهنَ لعاد ماه امبارك ماه لعاكَه" ومنها "لمكَام أستر".. الخ.

الشعب العدد 11987
تأسست سنة 1975 م
تصدر عن الوكالة الموريتانية للأنباء

مركز الاستطباب بأطار:

تطلع مشروع لتوفير خدمات أفضل



أدى والي آدرار السيد حدادي أمباري ياترا، صباح أمس الأربعاء، زيارة تفقد واطلاع لمركز الاستطباب بأطار، مكنته من الوقوف على طبيعة عمل هذه المؤسسة الصحية الهامة، وما تعانيه من نواقص وما تحتاجه من مستلزمات لكي تواكب التطلعات الصحية للمواطنين في الولاية.

وشملت الزيارة كافة الأجنحة التابعة للمركز بما فيها جناح الحالات المستعجلة وجناح الاستقبال والحجز والصيدلية والإدارة المالية والإدارية حيث تلقى الوالي شروحا مفصلة عن مختلف مكونات هذه المؤسسة الصحية، وما تقدمه من خدمات علاجية قدمت له من طرف مديرها العام الدكتور عبد الله ولد احميادة.

وأوضح الوالي خلال اجتماع له مع إدارة المستشفى أن هذه الزيارة تهدف إلى الوقوف عن كثب على المشاكل التي يعاني منها المستشفى، مضيفا أن رئيس الجمهورية السيد محمد ولد الشيخ الغزواني يولي عناية خاصة لصحة المواطنين تجسدت في التكفل التام بنقل المرضى والتكفل بالعلاجات الأولية.

وأضاف الوالي أن المستشفى يحتاج إلى المزيد من النظافة وصيانة المعدات الطبية وتهيئة الأسرة وتعقيم المكان لكي يستجيب للمعايير الصحية الضرورية من أجل ضمان سلامة المواطنين، خصوصا أنه يشكل الواجهة الصحية للولاية، مما يستدعي المزيد من الصرامة في تطبيق المعايير الصحية، مسترشدا بفحوى الحديث الشريف بأن الطهارة شرط الإيمان، وهي مسألة جوهرية في غاية الأهمية.

وبين الوالي أن النظافة هي مدخل أساسي للصحة العامة، وأن المستشفى بحاجة ماسة لها لكي يكون في وضعية تليق تتماشى مع حجم التحديات الصحية الجهوية والمحلية خصوصا في هذا الظرف الاستثنائي الذي يتميز بانتشار فيروس كورونا في البلاد.

وبدوره أوضح مدير مركز الاستطباب بأطار الدكتور عبد الله ولد أحميادة، جراح أخصائي في الصحة العمومية أن مركزه يقع في بناية قديمة، حيث تم إنشاؤه سنة 1958، ويضم عدة أقسام من بينها قسم أمراض النساء وقسم الطب الباطني وقسم الأطفال وقسم الصيدلة قسم الأسنان والمخبر والأشعة وقسم تصفية الكلى والإدارة.

وأضاف أن مؤسسته تقوم بدورها في الولاية إلا أنها في بناية قديمة مما يصعب صيانتها، مشيرا إلى أن المستشفى يحتوى على طواقم متكاملة تقدر ب 90 عاملا بما فيها طواقم النظافة وطواقم الدعم.

وبين أن مركز الاستطباب بأطار يتأرجح لأن هناك بناية جديدة لله الحمد سيتم تسليمها في الشهر القادم مما يجعل طلب بعض الأمور غير وارد في الوقت الحالي لأننا مقبلون على التحول إلى بناية جديدة أكثر تأهيلا من البناية القديمة إلا أن الأقسام الحالية تقوم بالعمل الضروري للمحافظة على الصحة العامة لسكان الولاية.

وأضاف أن جميع التوصيات الصادرة عن الوزارة مأخوذة بعين الاعتبار، حيث يتكفل المستشفى بنقل المرضى إلى نواكشوط، مشيرا إلى أن مؤسسته تأخذ التوصيات المتعلقة بمحاربة وباء كورونا بعين الاعتبار، حيث تم تخصيص جناح خاص لمحاربته، مما ساعد في جعل الولاية خالية من وجود أي إصابة لله الحمد، باستثناء إصابة واحدة تم شفاء صاحبها.

وقال أن الولاية كذلك كانت تعاني من حمى الضنك التي تم التغلب عليها لله الحمد بفضل الجهود الصحية المبذولة مضيفا، "نسعى ما استطعنا لتلبية حاجة المواطنين، ومع الأسف الولاية تعاني من هشاشة كبيرة، حيث أن معظم السكان يعاني من الفقر، ونحن نسعى في المساعدة ما استطعنا رغم صغر حجم الميزانية".

رافقت الوالي خلال هذه الزيارة السلطات الإدارية والأمنية بالولاية.

حديث الناس

■ الطالب ولد إبراهيم

الصرامة مطلب

مفهوم التعايش مع الوضعية الصحية الجديدة التي فرضها انتشار الموجة الحالية من وباء كوفيد 19، لا يعني إهمال التقيد بمتطلبات وتدابير السلامة من هذا الفيروس، بل يعني مسؤوليتنا جميعا في تطبيق هذه الإجراءات ذاتيا على مستوى كل فرد منا، وفي محيطه، وعدم الرضوخ والاستسلام لسطوة الوباء، مع استمرار وتيرة الأنشطة ومتطلبات الحياة اليومية في ظروف تطبعها أقصى درجات الحذر من الوقوع في أي خطإ من شأنه أن يساهم في نشر العدوى من طرف الفرد.

وتقتضي هذه المسؤولية من الكل إتباع إجراءات السلامة من انتقال العدوى بالتوعية والتحسيس في المحيط الأقرب، بالأساليب والطرق المناسبة وتحترم للجميع خصوصيتهم، وتراعي ظروفهم ومستوياتهم، حتى يكتب لهذا الجهد النجاح المطلوب ويحقق هدف الوقوف في وجه انتشار هذا الوباء.

وتزداد أهمية التعبئة النشطة لإتباع هذه الإجراءات في هذه الظرفية التي تشهد المرحلة الأهم في مواجهة الوباء، وفي ظل واقع يشهد للأسف غياب الوعي، من طرف البعض منا، بخطورة هذا الوضع، وهو ما يعني، أهمية عدم الاكتفاء فقط بالتوعية والتحسيس، بل ضرورة اتخاذ إجراءات موازية أكثر صرامة اتجاه من يتهاونون باحترام هذه الإجراءات، على غرار ما اعتمدته بلدان عديدة سبقنا إليها الوباء، وتمكنت من كسر ما يعرف بسلسلة العدوى.

تكامل جهود مواجهة الوباء في مرحلته الحالية، الصحية منها والتوعوية، والتنظيمية، سيمكننا بفضل الله تعالى وتوفيق منه، في كسب الجولة الأصعب من معركة الكوفيد 19 التي تمر بها بلادنا، والالتحاق بالبلدان التي تمكنت من السيطرة عليه بشكل كبير، وهي خطوة أخيرة، دخلناها، بعد مسيرة طويلة بدأناها قبل شهرين، نجحنا في مراحلها وجولاتها السابقة، وسنكسب هذه المرحلة كذلك بأقل الخسائر الممكنة بالتزامنا بتطبيق هذه الإجراءات خصوصا منها تلك الفردية المتمثلة في ارتداء الكمامات في الأماكن العامة، والحرص على مسافة أمان صحي بين الأشخاص، والتعقيم مع الغسل الدائم لليدين بالصابون، والتزام البيوت إلا للضرورة القصوى، وكلها تدابير في متناولنا بيسر وسهولة وتحتاج بلادنا الآن أن يلتزم بها الجميع حتى ننتصر على الوباء، ونتحرر من قبضته، وما ذلك على الله بعزيز.

حفظ الله بلادنا



مدير النشر، المدير العام للوكالة الموريتانية للأنباء
محمد فال عمير ابَيْ

رئيس التحرير:
د. أحمدو ولد آكاه

رئيس قسم الإخراج:
عبد الرحمن ولد الداه
abadd11@gmail.com

مدير التحرير:
أحمدو ولد محمدن ولد بارك الله
(أحمد عبد الرحمن)

الكاتبة العامة للتحرير:
حواء بنت سعيد

سحب:
المطبعة الوطنية



المقر الرئيسي: لكصر: 006-22
شارع 1540 صندوق البريد:
371 - 467 انواكشوط

● إعداد: أسماء محمد عبدولي

الشباب الموريتاني بين الخصوصية الثقافية وتحديات العولمة

تحتل ظاهرة العولمة وتأثيرها على الشباب أولوية البحث بين موضوعات وقضايا الشباب، والتي أخذت تحظى بمساحات متزايدة من الاهتمام على الصعيد الرسمي وغير الرسمي بهدف إعداد الشباب وتأهيلهم لصناعة المستقبل وتمكينهم من أسباب النهوض الفكري والتربوي والعلمي والتقني والاستفادة القصوى من إيجابيات العولمة، وتقليص ما يمكن تقليصه من آثارها السلبية.. في ظل العولمة التي أضحت حقيقة واقعة وأكثر صلة وتأثيرا في الشباب في الوقت الحاضر.

نجد في الفترة الأخيرة الكثير من شبابنا قد تحللوا من هويتهم الثقافية وتخلوا عن عاداتهم وتقاليدهم التي هي أصل ومنبع الإسلام واتجهوا يلهثون وراء تقليد الغرب في أشياء غير مفيدة وعادات وتقاليد مختلفة وبعيدة كل البعد عن ديننا وأخلاقنا وعاداتنا لنجد الكثير من شبابنا غارق في بحر من الأفكار الخاطئة والتقليد الأعمى والانبهار المغلوط بالغرب، ومحاولتهم تقمص ثقافات أخرى لإشباع طموحات معينة، بل نجد بين شبابنا من يتنكرون للعادات والتقاليد ويتمردون على خصائصها، بل قد يحتقرون عاداتنا وقيمنا وأصالتنا، ونجد من بينهم من يتشبث بعاداتهم في الطعام والشراب والزى ونمط التفكير وأسلوب المعيشة بوجه عام، وقد اخذ هذا التقليد أشكالا مختلفة كسراويل الشباب ذوات الخصر المنخفض الساقطة إلى أسفل الوسط وقصات الشعر والتسريحات العجيبة والتفنن في قصات اللحية وارتداء للإكسسوارات الغربية، إلى آخر ما هنالك من تلك الصراعات المشاهدة في الشوارع والأسواق والتي أصبحت واقعا في مجتمعاتنا الموريتاني الإسلامي المحافظ، مما ينذر بتلاشي هويتنا الثقافية.

العولمة الثقافية وتأثيرها على الشباب الموريتاني

يشير بعض الباحثين الاجتماعيين أن الإحباطات المتراكمة بسبب تفكك الأسرة، يؤدي إلى وجود نزاعات داخلية لدى الشباب، فالعائلة عندما تتفكك لا تستطيع أن تلبي الاحتياجات النفسية والمادية لأبنائها، مما يدفع بهؤلاء الأبناء إلى التعبير عن ذاتهم بطرق مختلفة حتى وإن كانت غريبة عن مجتمعاتهم، بالإضافة إلى ما يعانيه الشباب من بطالة وفقر وإلى جانب الظروف الاجتماعية، فإن الانفتاح المفاجئ على وسائل الإعلام الحديثة ساهمت في انتشار هذه الظاهرة وغيرها من الظواهر المستوردة إلينا مما أدى إلى جملة من السلبيات منها، تدني مستوى التعليم بين الشباب كنتيجة من نتائج انتشار وسائل الترفيه الكثيرة لدى الشباب من شبكة الانترنيت والقنوات الفضائية والهاتف المحمول.... الخ وعلى الرغم من الايجابيات والمنافع التي يحصل عليها الشباب من مشاهدة برامج البث الفضائي والاطلاع على الأحداث والتطورات على الانترنيت، إلا أن هذا الأمر لا يخلو من المضار والسلبيات، مما يتعارض مع دراستهم وتحصيلهم العلمي والطريقة التي يكون فيها الشباب مستقبلهم، فبدلا من أن يركز الشباب على دراستهم وكيفية استثمار الوقت والتزود بالمعارف التربوية والعلمية، فأن الشباب يقضون جل أوقاتهم في مشاهدة المسلسلات الأجنبية وزيارة مواقع التواصل الاجتماعي على الانترنيت والتي غالبا لا تمت إلى الدراسة والتحصيل العلمي بصلة. سيادة الثقافة الغربية فهي الرائدة المسيطرة اليوم على الشباب بكل مساوئها وايجابياتها على سلوكيات الشباب، لأن الشريحة الشبابية هي أكثر شرائح المجتمع تقبلا واستعدادا من الناحية النفسية والذهنية لتقبل كل الوافد من الدول المتقدمة دون أية مناقشة أو تقييم، مما يؤثر سلبا على الثقافة والإرث الوطني للمجتمع الموريتاني. الاستغناء بوسائل الاتصالات والتقدم التكنولوجي من قنوات فضائية وشبكة الانترنيت عوضا عن التواصل الاجتماعي داخل البيت وابتعاد الشباب عن الحاجة إلى الوسائل التقليدية للثقافة و التعليم، وتمردهم على الضوابط الأسرية وقيم مجتمعنا. ظهور ازدواجية بين القيم الوطنية لمجتمعنا والقيم الغربية فظهرت سلوكيات سيئة بين الكثير من شبابنا، كإحدى النتائج الخطيرة للعولمة، مثل نوعية الموسيقى التي يستمعون إليها أو الأفلام التي يشاهدونها أو علاقاتهم بالجنس الآخر وطريقة لبس الملابس وطريقة قص شعرهم، أو حتى علاقتهم بأسرهم من حيث استقلاليتهم عنها في كثير من الأمور.

الرأي الاجتماعي

يعتبر الباحثون الاجتماعيون أن أسباب انجراف الشباب نحو كل ما هو غربي، كثيرة ومتنوعة ومتشعبة، وربما من أهمها:

- الفراغ الفكري والعاطفي بالإضافة وتشتت شبابنا بين أصالة الماضي وحداثة المستقبل وعدم إمكانية الجمع بينهما.
- الإحساس بالنقص وضعف الشخصية، فالتقليد يسبب خللا في شخصية المسلم والشعور بالنقص والصغر والضعف والانهزامية ثم البعد والعزوف عن منهج الله وشرعه وتقصير الكثير من العلماء والأهل في شرح مزاياه وابراز محاسنه. والمشكلة أن شبابنا لا يقلد الغرب في الأشياء المفيدة مثل العلم والطب وغيره بل أن تقليدهم الأعمى ينصب على الجوانب السلبية في الغرب فقط وهذه هي المصيبة التي يجدر بشبابنا التنبه لها، فتجد شابا موريتانيا يلبس ملابس غريبة ومضحكه أحيانا ويقول هذه موضة لأنها ملابس الفنان فلان الفلاني.
- ضعف التربية والتوجيه الخاطئ للأجيال، لأن التربية هي أساس النشء وموضع ترسيخ المفاهيم السليمة ونقطة التحول هنا أن يتربى الشاب أو الفتاة على محاولة البحث عن الترفيه بدون قيود واضحة وصارمة فلا غرابة بعد ذلك أن نرى الانجراف الكبير من قبل هذا الشاب نحو المعتقدات الخاطئة كربط الالتزام الديني بالعادات والتقاليد البالية.
- وسائل الإعلام، كالتلفاز الذي يعتبر من اخطر وسائل الإعلام وأكثرها تأثيرا بالعائلة حيث يقضي الشباب الساعات الطوال أمام التلفاز ينصتون بأفكارهم وخيالهم لتلك الفضائيات غير الملتزمة والتي تتخذ من الانحلال طريقا للشباب، حيث استطاعت الأفلام الغربية ومثيلتها من الأفلام العربية في غالب الأحيان التسلل إلى عقول وعواطف ومشاعر جيل الناشئة والشباب، وقدمت النموذج الغربي على وجه الخصوص بأنه النموذج الوحيد للحياة الثقافية والاجتماعية الراقية.
- التقدم التكنولوجي المتمثل في شبكة الإنترنت وخاصة مع الهواتف المحمولة التي دخلت البيوت دون استئذان حيث أدخلت معها الفساد والانحلال الخلقي بأبشع صوره، من غير رقيب ولا وازع ديني أو أخلاقي يدلهم على الخير، أو يرشدهم إلى الفوائد العديدة لهذه التكنولوجيا التي قربت البعيد ونوعت وعددت وطورت مصادر البحث وآفاق المعرفة.
- انبهار الشباب بالغرب، حيث انبهر الشباب بالحضارة الغربية وذلك بسبب التفوق الغربي بالعلوم والصناعة والتكنولوجيا، فيخلط شبابنا بين القيم الغربية والتكنولوجيا الغربية ويظنون أن الغرب متفوقون علينا في كل شي حتى القيم والتقاليد والعادات دون إدراك أن الغرب متقدم تكنولوجيا فقط ومتأخر في جوانب أخرى روحية وأخلاقية واجتماعية.



الحلول و المقترحات:

أما الحلول فلا تقع على الشباب، بل على المجتمع بأكمله، وتتمثل بخطوات عديدة وتوجهات مدروسة ومنهجية من أبرزها:

- الرجوع إلى الله بالالتزام الحقيقي وليس الصوري طبعا بتعاليم دي الحنيف وعاداتنا وتقاليدنا الإسلامية الأصيلة، وذلك مع وجود القدوة الحسنة في البيت والمدرسة و التعرف على الثقافة الغربية الخارجية، والكشف على مواطن القوة والضعف فيها، ودراسة سلبياتها وايجابياتها برؤية تربوية إسلامية متفتحة، غايتها البحث والدراسة العلمية، وادراك وفهم التناقضات التي تكتنف هذا الفكر.
- أن نسلح شبابنا بالمعرفة حتى لا يغرق شبابنا، وذلك بتضافر الجهود بين المؤسسات الإعلامية بكافة أشكالها وتنوع أساليبها المرئية منها والسمعية والمقروءة.. لخلق مناخ آمن وسياج ضامن لمستقبل الجيل الواعد، بعيدا عن التشدد والتزمت والعنف والتعصب.. بل بالكلمة الطيبة الهادئة والهادفة والمقرونة بالعطف والحنان والتوجيه الحازم بالرفق والموعظة والحوار، مع احترام الخصوصية والشعور بالمسؤولية تجاه الأبناء.
- توفير برامج إعلامية ذات هوية إسلامية تواكب في تقنيتها وجودتها المستوى العالمي المطلوب من فن وإخراج كي تنافس شركات صناعة البرامج السيئة لا في الحصول على الأموال بل تنافسهم باستقطاب أبنائنا لها ومشاهدتهم لمنتجاتها وتحظى بثقتهم بما تحتويه من أسس وعادات وتقاليد أمة الإسلام.
- أن تقوم الأسرة بدورها اتجاه الأبناء بأن تكون الحضن الدافئ التي تكسب ثقة أبنائها مما يجعلها مصدر توجيه الشباب لحب وتعظيمهم لهويتهم الثقافية والاعتزاز بها، والتعرف على آلية الانفتاح على الأخرين والاستفادة من التقدم العلمي، وتطوير ثقافتنا. ولكي نستشرف مستقبلا واعدا لشبابنا، يتوجب على مختلف مؤسسات الدولة ومنظمات المجتمع المدني أن تكثف جهودها وتبذل المزيد من العمل وتفعل الخطط والبرامج والاستراتيجيات المتعلقة بالشباب وأن تتجه بكل إمكاناتها إلى معرفة توجهاتهم والاقتراب من همومهم واهتماماتهم وما ينبغي توفيره لهم من عناصر ومهارات المعرفة وترسيخ المفاهيم والاتجاهات الإيجابية التي يستطيعون من خلالها مجابهة تحديات العولمة والتفوق على الصعاب والمشكلات بعقلانية.

الدكتور الشيخ محمد فاضل ولد عبدي ولد اكوهي في حديث لـ"لشعب":

▪نظرة المجتمع الموريتاني للطب النفسي بدأت في التغير مؤخرا

▪التعاطي مع وسائل التواصل الاجتماعي يجب أن يكون حذرا وإيجابيا في هذا الظرف الصحي الخاص تفاديا للتداعيات النفسية السلبية

في دروب الحياة، تتراكم الأحداث وتتزاحم الصور، وتترك كل جزئية بصمتها نقشا في جدار الشخصية. يدور نقاش مستمر حول اهتمام الفرد في بعض المجتمعات بالصحة الجسدية، ومراعاته الدقيقة لاختلالاتها في مقابل تجاهله للجانب النفسي، ارتهانا لحواجز وهواجس منها الذاتي ومنها المجتمعي وتخوفا من نظرة سلبية تلاحق من يدخل دائرة الاتهام بالاضطراب النفسي.

في الفترات الاستثنائية كالتي يعيشها العالم حاليا، في ظل جائحة كورونا وما فرضته من قيود على الحركة وما خلقت من أزمات، يعود الطب النفسي إلى الواجهة بقوة، لتطرح إشكاليات حول آليات التعامل في النطاقين العام والخاص مع هذا الظرف.

تحاور جريدة "الشعب" الدكتور محمد فاضل ولد عبدي ولد اكوهي الطبيب المقيم في تخصص الأمراض النفسية العصبية والعقلية وطب الإدمان بفاس في المملكة المغربية، للحديث عن مختلف المفاهيم والمواضيع المرتبطة بالصحة النفسية، وعن الأساليب الآمنة لإدارة فترة الحجر الصحي.

▪أجرت الحوار: بلقيس بنت إسماعيل

الشعب: بداية، أود منكم أن تعرفوا القارئ على الدكتور محمد فاضل اكوهي

الدكتور محمد فاضل ولد عبدي ولد اكوهي: في البداية أتقدم لك بالشكر الجزيل وعظيم الامتنان على الدعوة الكريمة.. وهي مناسبة لاشك أنها مهمة من أجل تسليط الضوء على مجال حيوي جدا ومهم جدا ليس فقط في شقه الصحي بل في الجوانب الأخرى التي تمس المجتمع في صميمه مثل الاستقرار المجتمعي والتقدم المعرفي والنهضة الاقتصادية وكذلك البعد الأمني.

وهي كذلك مناسبة لتصحيح الكثير من المفاهيم المغلوطة عن الصحة النفسية سواء ما تعلق بماهيتها أو باضطراباتها أوعلاجاتها.. هذه المفاهيم التي انتشرت للأسف الشديد في مجتمعنا والمؤسف أكثر أنه أحيانا قد يتساوى فيها المثقف مع العامي...

بالنسبة لسؤالك الأول..

الشيخ محمد فاضل ولد عبدي ولد اكوهي من مواليد مدينة النعمة في ثمانينات القرن الماضي.. تربيت في شمال موريتانيا بمدينة ازويرات وبعدها انتقلت للعيش بالعاصمة انواكشوط حيث أكملت تعليمي الابتدائي، ثم أكملت السنة الأخيرة من الإعدادية في قرية محط مولانا حيث حصلت فيها على شهادة ختم الدروس الإعدادية ثم عدت من جديد إلى نواكشوط، حيث حصلت على الباكلوريا في شعبة العلوم الطبيعية، ثم انتقلت بعدها إلى مدينة وهران بالجزائر لإكمال مسار الطب البشري العام بها .ثم تخرجت منها وحصلت على شهادة الدكتوراه بالطب البشري العام منها وعدت للوطن ثم قررت بعدها السفر للملكة المغربية ومدينة فاس تحديدا لإكمال التخصص الطبي فيها والذي مازلت أحضر له حاليا وفي مرحلة أخيرة منه لله الحمد وهو الأمراض النفسية العصبية والعقلية وطب الإدمان.

الشعب: ماذا يعني لك الطب النفسي؟ ولماذا اخترت هذا التخصص تحديدا؟ وهل كان هناك تقبل لاختيارك من قبل محيطك الأسري أم واجهت رفضا في البداية؟

الدكتور محمد فاضل ولد عبدي ولد اكوهي: بالنسبة لدراسة الطب البشري العام كانت لي قصة مع الموضوع وهذه القصة مرتبطة بأمي حفظها الله ورعاها ..وهي أنها لقبتني بـ"ابني الطبيب" منذ الصغر...سبحان الله كان إلهاما لها أجراه الله على لسانها وكبرت معي تلك الأمنية، وفعلا عندما بلغت سن الرشد وجدت أنه هو التخصص الذي أجد ذاتي فيه بل وأحببه نظرا لبعض الصفات الجميلة التي تميزه مثل العطاء والتضحية والصبر والسعي في خدمة الناس وتخفيف الألم عنهم، وهو ما جعلني أختاره.

أما اختياري الطب النفسي فقد اكتشفت هذا التخصص عندما تعرفت عليه أثناء مساري في دراسة الطب العام وأعجبني كونه يهتم بثلاثة جوانب هي الجانب الثقافي السوسيولوجي الحضاري والجانب البيولوجي والجانب العصبي. هذا التخصص يعني لي الكثير.. فإذا كان طبيب القلب قد يعالج مشاكل القلب والشرايين وأمراضهما مثلا، فإن الطبيب النفسي قد أخذ من الإنسان عقله ونفسه ومشاعره وذكرياته وسلوكه وهذه الأمور تمثل جوهر الإنسان وسر تميزه عن باقي الخلائق..والألم النفسي الناجم عن الاضطرابات النفسية أشد قسوة من باقي الأمراض العضوية لعدة أسباب منها - وهو ما أرجو أن يتغير في المستقبل- الوصمة المجتمعية التي تمنع كل من يعاني من مشاكل نفسية من البوح بها والبحث لها عن علاج، وبالتالي يجد المريض نفسه يعاني مرتين مرة بفعل الاضطراب ومرة أخرى بفعل كتمانه. كذلك الطبيب النفسي يجب أن يكون شخصا متقنا لفن الإنصات، يتميز بالثقافة الموسوعية لكي يكون قادرا على مد جسور التواصل مع المريض، وبالتالي مد جسور الثقة في ما بعد... ومن الأمور العظيمة التي تميز الطبيب النفسي أنه محروم من الدعاية المشروعة التي يتمتع بها زملاؤه بالتخصصات الطبية الأخرى فمثلا يمكن أن نجد مريضا يقول لقد عالجني طبيب العيون عن مشكلة معينة في عيوني ولكننا لن نجد شخصا يقول: "لقد عالجني الطبيب النفسي الفلاني" وهذه أمور تربي في نفس الطبيب النفسي روح العمل في صمت والابتعاد عن الرياء، وهذه مفاهيم قيمية إنسانية أرى أنها عظيمة وتستحق التوقف عندها.

طبعا عندما اخترت التخصص وجدت الكثير من الانتقاد من طرف الزملاء والمعارف فبعضهم يصفه بأنه تخصص المجانين، والبعض الآخر يقول بأنه لا مستقبل له في موريتانيا وأن من يريد أن يعيش حياة مرتاحة ماديا عليه ألا يختاره...الخ. ولكن قناعتي أصلا أن لا أعير انتباها لتلك الآراء، فقناعتي به كتخصص قد تشكلت وصارت صلبة ولا يمكن التأثير عليها...أما الأهل فلقد شجعوني خصوصا أبي حفظه الله ورعاه، لأنه كان لديه رؤية عميقة وفهم للتخصص.

أخيرا القناعة الراسخة التي تشكلت لدي حاجة بلدي لهذا التخصص وملامح المعاناة التي كنت أعيش تفاصيلها كل يوم بحكم انتمائي لمجتمعي الموريتاني..وهذا أيضا كان عاملا آخرا حفزني على الاختيار.

الشعب: لنبدأ بتحديد أوتقريب للمصطلحات.. ماذا تعني عبارة "مرض نفسي"؟ وما الفرق بينه وبين المرض العقلي؟

الدكتور محمد فاضل ولد عبدي ولد اكوهي: عبارة مرض نفسي أوعلى الأصح اضطراب نفسي..قبل الحديث عنها يجب أن نتحدث عن مفهوم الاضطراب ومفهوم الصحة فيما يتعلق بالأمراض النفسية والعقلية. طبعا من الصعب تحديد ماهية المرض في الطب النفسي بشكل بسيط ومباشر مثلما هو الحال في الطب الجسمي، وبالمجمل، فالصحة النفسية هي القدرة على ممارسة الحياة العملية والنشاط اليومي بطريقة تحقق الفاعلية العادية والاستقلال المناسب وكذلك تحقق التكيف مع المجتمع الأوسع وتعطي الفرصة لممارسة القدرات وكل ذلك مع درجة من التوازن الذاتي تنتفي معها الدرجات الجسيمة من المعاناة أي أن الصحة النفسية هي الفاعلية والتوافق والتكيف مع الآخرين.

وعليه فإن الاضطراب النفسي يمكن القول عنه إنه كل ما خالف تلك التعريفات التي ذكرناها سابقا.

الاضطرابات النفسية هي عبارة عن مشاكل مرتبطة بالقلق والتوتر والخوف والحزن ويمكن أن تصيب غالبية البشر في مراحل معينة من حياتهم مثل الاكتئاب ونوبات الهلع أوالقلق ومشاكل النوم ..والوسواس القهري، أما الاضطراب العقلي الذي هو مشكلة مرتبطة بخلل في التفكير والتحليل والربط والانفصال عن الواقع..وهو يصيب ما نسبته 3%من السكان ومثله مرض الفصام مثلا.

بخصوص الاختلاف في التسمية بين الاضطراب النفسي أوالعقلي هنا سوف أحدثكم انطلاقا من تصنيف ربما يكون قديما شيئا ما، ولكنه سيقرب الصورة للقارئ.. فمثلا المريض النفسي يدرك مشكلته وقد يسعى إلى حلها، بينما يجد المريض العقلي مشكلة في التفكير بأنه مريض أويحتاج إلى أي علاج..

من السهل إقناع المريض النفسي أنه بحاجة للعلاج أما المريض العقلي فيرفض العلاج والمرض من الأساس ما قد يسبب في تدهور الحالة.

في أغلب الحالات لا يشكل المريض النفسي خطرا على نفسه أوذويه عكس المريض العقلي فغالبا ما يشكل تهديدا لنفسه وللآخرين أيضا.



الشعب: ما مدى العلاقة بين المرض النفسي والمرض العضوي؟ (نتحدث مجتمعيا عن الحموضة وأشياء من هذا القبيل)؟

الدكتور محمد فاضل ولد عبدي ولد اكوهي: هي علاقة متينة وثنائية وذات اتجاهين في ما يتعلق بالتأثير والتأثر، فالجانب النفسي السلبي أثناء الاضطراب يمكن أن يؤثر على الجانب العضوي، مثلا القلق والخوف يمكن أن يسببا بعض الأمراض القلبية والهضمية والعصبية..وكذلك في حالة إصابة الشخص بمرض عضوي بعد فترة سوف تظهر عليه مخلفات نفسية بسببه مثل الحزن والقلق المعمم والاكتئاب والوسواس الخ..

أما قضية الحموضة أوما يعرف بـ"المجبنة" فعندما نتتبع الأعراض التي يصفها المرضى نجد أنها لا تمت بصلة لأمراض الجهاز الهضمي وانما هي اضطرابات نفسية في مجملها وبنسبة تفوق 80% وأنا مسؤول عن كلامي. الذي يخفى على الناس أن القلق والخوف والاكتئاب يمكن أن يسببوا مشاكل بالمعدة أوبالقولون العصبي..

الشعب: ما هي الأمراض الأكثر شيوعا لدينا وفي المنطقة بشكل عام؟

الدكتور محمد فاضل ولد عبدي ولد اكوهي: بحكم معرفتي بمجتمعي ومعرفة الإشكالات الصحية التي يعيشها على الصعيد النفسي فإنني لاحظت أنه تنتشر فيه الاضطرابات المرتبطة بالقلق مثل نوبات الهلع أوالفزع، كذلك اضطراب القلق المعمم وكذلك اضطرابات الفوبيا بكل أنواعها والوسواس القهري..كذلك الاكتئاب واضطراب كرب ما بعد الصدمة وكذلك اضطراب ثنائي القطب والفصام...طبعا بالإضافة إلى اضطرابات الشخصية بجميع أنواعها الهيستيرية والحدية والوسواسية والعدوانية..

الشعب: متى ينبغي أن نذهب إلى الطبيب النفسي؟

الدكتور محمد فاضل ولد عبدي ولد اكوهي: أود أن أوضح هنا، بخصوص التوقيت المناسب للذهاب

إلى الطبيب النفسي، أمرا بالغ الأهمية، وهو أنه مثلما نمرض كبشر ونذهب للعلاج عند الطبيب العضوي فإنه من الطبيعي؛ وبسبب ظروف الحياة المختلفة وضغوطها وعوامل عديدة؛ أن نعيش بعض المشاكل النفسية التي تحتاج العلاج أوالمساعدة ويجب أن لا نهمل ذلك؛ لأن الاضطراب قد يتفاقم ويصير أكثر حدة بعدما كان بسيطا..

يجب أن يفكر الإنسان في الذهاب إلى الطبيب النفسي عندما تتأثر هذه الجوانب في حياته: - الجانب المعرفي: بمعنى دراسته إن كان في سن الدراسة أوعمله إن كان موظفا..

- الجانب العاطفي: عند ما يلاحظ حزنا أوقلقا أوخوفا أوتبلد مشاعر بصورة مبالغ فيها وتجاوزا فترة الأسبوعين..

- الجانب العلاقاتي مع الأسرة والجيران والأصدقاء وزملاء العمل والمجتمع..

- الجانب السلوكي عند ما نلاحظ انحرافات في السلوك..

الشعب: هل تعتقد أن الأمراض النفسية تشهد تزايدا أم تراجعا؟ وما هي الفئات العمرية الأكثر تعرضا للإصابة بها؟ الدكتور محمد فاضل ولد عبدي ولد اكوهي: في الحقيقة وللأسف الشديد فإن الاضطرابات النفسية والعقلية هي في تزايد في المجتمع، وذلك يعود لعدة أسباب منها:

- الانعدام شبه الكلي لقسم يعنى بالطب النفسي بالشكل الذي يجب أن يكون عليه: على صعيد المصادر البشرية، وكذلك المنشآت والخطط العلاجية للتكفل بالمرضى..

-بعض العوامل المجتمعية مثل كثرة زيجات القرابة، وهو ما يزيد احتمال الإصابة بالاضطرابات بفعل زيادة نسبة الاستعداد الوراثي للإصابة...

- الإهمال الذي نقابل به كل ما هو اضطراب نفسي ونتركه حتى يتفاقم أونسلك له طرقا ومتاهات لا تفيد في شيء.. - طبيعة الحياة الضاغطة اليوم التي تطبع عالمنا وتميزه... كذلك وجود الصعوبات على الصعيد الاقتصادي وكذلك المجتمعي..

- انتشار ظاهرة جديدة تستدعي دق ناقوس الخطر، هي ظاهرة الإدمان على المخدرات، وللأسف هي تنتشر في فئة الشباب التي تعتبر أصلا الأكثر عرضة للاضطرابات النفسية والعقلية.

الشعب: كيف تقيمون نظرة المجتمع الموريتاني إلى الطب النفسي؟ وهل لاحظتم بوادر وعي بدوره؟

الدكتور محمد فاضل ولد عبدي ولد اكوهي: نظرة المجتمع الموريتاني للطب النفسي تغيرت نسبيا في الفترة الأخيرة رغم أنها لم تصل بعد إلى المستوى المقبول والمطلوب، ومع ذلك فقد بدأت تتشكل بوادر وعي مجتمعي تبشر بخير بهذا الصدد ... وهذا أمر يسعدني وأعتبره مريحا لجهد من البذل والعطاء وخوض غمار معارك توعوية نذرت نفسي لها منذ ما يربو على الثلاث سنوات خصوصا في وسائل التواصل الاجتماعي، لقناعتي التامة أن المعركة الحقيقية هي معركة الوعي، وأعتقد ولله الحمد، أن ذلك الجهد أثمر وبدأ الناس بالاهتمام بهذا المجال وتتبع أخباره، رغم أنه لكي نصل للهدف المنشود لابد من تكاتف الجهود الرسمية والطبية والاعلامية من أجل الارتقاء بالصحة النفسية إلى المكانة اللائقة بها.

الشعب: بالحديث عن هذا الظرف الصحي الخاص جراء انتشار فيروس كورونا، ما هي التأثيرات النفسية للتغير المفاجئ في نمط الحياة وفي التعامل بين الأشخاص؟

الدكتور محمد فاضل ولد عبدي ولد اكوهي: كما تعلمون أن المجمعات أحيانا يمكن أن تعيش ظروفا استثنائية من قبيل الحروب أوالكوارث الطبيعية أوالأوبئة مثل ما تعيشه الإنسانية الآن في ظل وباء كورونا، وهذه الظروف تصاحبها ظواهر سلبية للأسف الشديد تلقي دوما بظلالها على الناس وعلى نفسياتهم بشكل خاص، فمثلا نحن الآن أمام فيروس جديد على الساحة العلمية والطبية وما زال مجهولا ولم يكتشف له بعد علاج فعال أولقاح يحمي منه وهو فيروس سريع الانتشار والعدوى، وقد تسببت هذه الأمور في ظهور موجات من الهلع الجماعية بين الناس، زادتها كثرة الأخبار المتضاربة المتناقضة وغير الدقيقة والتي جعلت الناس يفقدون الثقة ويعيشون حالة من الارتباك والحيرة والتيه والقلق والترقب أثرت عليهم بشكل مباشر، وتسببت في ظهور الكثير من المشاكل النفسية المرتبطة أساسا بالقلق وبالصدمة والخوف والاكتئاب، وطبعا هذه أمور سوف تؤثر على العلاقات البينية بين الناس، وهو ما ترجم لحالات من العنف اللفظي والمعنوي وحالات الطلاق بين الأزواج... وعليه فإن الناس الآن يعيشون حالة من القلق والتوتر والهلع وينظرون للمستقبل بكل قتامة وحيرة، وهذه أمور أثرت على السلوك السوي عند الناس بشكل عام.

ففي هذه الظروف الناس يختلفون في طريقة التعاطي مع الصدمات ويتمايزون في التكيف معها وامتصاصها... وبالتالي فهذا الوباء قد يؤثر على من يعاني أصلا من الهشاشة النفسية أويساهم في انتكاسة من لديهم اضطرابات نفسية.

الشعب: كيف ينبغي التعامل مع الأطفال في هذه الفترة حيث لا مدارس ولا محاظر ولا لقاء مع الأصدقاء؟ الدكتور محمد فاضل ولد عبدي ولد اكوهي: تختلف ردود الفعل لدى الأطفال الناجمة عن الضغط النفسي، فقد تأخذ أشكالا مختلفة تتراوح ما بين زيادة سلوك التعلق لديهم وكذلك مشاعر القلق والغضب والانسحاب والهيجان، كما قد يظهر عليهم عرض قلقي آخر هو التبول اللاإرادي؛ ولذلك فمن الجيد والواجب التدخل السريع والمناسب من أجل مساعدة الطفل بالشكل الصحيح بطريقة تشعره بالأمان والراحة والحب وتخصيص وقت كاف للتواصل معهم بشكل مناسب وفعال.

من الجيد تقديم حقائق حول ما يجري بشرح مبسط وتقديم معلومات حول كيفية الحد من انتشار المرض باستخدام وسائل يمكن فهمها وفقا لفئتهم العمرية بطريقة مطمئنة.

ويجب أن نتذكر أن الأطفال يأخذون دلالاتهم الشعورية غالبا من البالغين المهمين في حياتهم لذلك فردة فعل البالغين على الأزمة مهمة جدا أمام الطفل حتى لا يتأثر سلبيا بها.. وهنا يجب أن نقوم بتنظيم روتين يومي للطفل يوفر له مساحة لممارسة أنشطة معينة تجمع مابين الإفادة والمتعة والراحة حتى نعمر عليهم وقتهم لكي لا ينال منهم الفراغ، وبالتالي يؤثر على نفسياتهم.

الشعب: تتعاملون بشكل مباشر مع المصابين بفيروس كورونا، ماهي الأفكار الخاطئة الأكثر تداولا لديهم؟ وكيف تساعدونهم على التغلب عليها؟ الدكتور محمد فاضل ولد عبدي ولد اكوهي: من خلال تجربتي مع مرضى كورونا لاحظت أن الأفكار السائدة عند غالبية المرضى هي أفكار سلبية وهذا مبرر، وتفسره الحالة الصحية المرتبطة بالفيروس، وهي أفكار قلقية بالأساس تتحدث عن الفيروس وخطورته ومآلاته والموت... الخ، وهنا كنت أصحح لهم تلك المفاهيم المغلوطة عندهم المرتبطة بالفيروس أو بالإصابة به، وكذلك أقدم لهم نصائح بخصوص التكيف معه، والتعاطي بشكل مرونة حتى نتجاوز هذه المحنة، وكنت أستخدم في ذلك وسائل الدعم النفسي العديدة.

الشعب: أعلنتم عن مبادرة لتقديم الرعاية والدعم النفسي للمصابين بفيروس كورونا في موريتانيا.. أين وصل ذلك المشروع؟ الدكتور محمد فاضل ولد عبدي ولد اكوهي: عندما ظهر الفيروس بالوطن للأسف الشديد وبدأت انعكاساته تنتشر خصوصا النفسي منها، وبحكم المسؤولية الوطنية والمهنية قررت المساهمة في الجهود الرامية لمحاربة هذا الداء وانطلاقا من الخبرة والتجربة التي مررنا بها قررت أن أخدم بلدي، وفعلا عملت على تلك الرؤية حتى أنهيتها وأطلقت مبادرتها وقد لاقت صدى كبيرا جدا في نفوس الناس وخصوصا أنني صاحبتها بمبادرة أخرى كانت هي الأولى في البلد وهي معنية باستقبال الاستشارات النفسية عن بعد.

وقد تواصل معي الآلاف لله الحمد، وكانت معي زميلتي وأختي السيدة المحترمة دكتورة هالة ببانة وهي مديرة حياة مديرة مركز مهارة.

أما في ما يخص المبادرة فهي تستهدف أولا كل المصابين بكوفيد19 في البلد سواء من منهم بالحجر الصحي أوبالحجر الذاتي، وكنت على تواصل مع بعضهم يوميا. وقد لقيت تفاعلا إيجابيا من لدن الإدارة والطواقم الطبية.

الشعب: كيف يكون التعامل الأمثل مع ما تنشره وسائل الإعلام ووسائط التفاعل الاجتماعي لتفادي تأثيره السلبي على النفسية؟

الدكتور محمد فاضل ولد عبدي ولد اكوهي: أرى أن طريقة التعاطي مع وسائل التواصل الاجتماعي يجب أن تكون حذرة وإيجابية، وإلا سوف تخلف تداعيات سلبية نفسية عديدة لأنها الآن هي السبب الرئيسي وراء موجة الهلع والقلق..الابتعاد عن تتبع أخبار الفيروس عبرهذه الوسائل ضروري؛ لأنها ليس آمنة بفعل الأخبار الكاذبة والمضطربة والمتضاربة، وأنصح بممارسة الرياضة من أجل الحد من تلك الآثار المترتبة عنها.

أنصح باعتماد مصد روحيد لتلقي المعلومات، وهي الجهات الوصية، والأفضل أن نخصص وقتا قليلا جدا لتتبع أخبار الفيروس واستغلال الوقت في كل ما يريح النفس ويفيدها ويشغلها عن التفكير السلبي.

الشعب: ماذا أضافت لك دراسة الطب النفسي وتجربة العمل في ميدانه؟

الدكتور محمد فاضل ولد عبدي ولد أكوهي: ما أضافته لي دراستي للطب النفسي كثير بصراحة.. ومن الصعب التعبير عنه في عجالة، أعتقد أنني أملك الآن فهما أعمق وأنضج للحياة، وتفهما أكثر للسلوك البشري، وبالتالي قدرة على التعايش مع مختلف أنواع البشر.. هذه التجربة باختصار شديد مكنتني من أعظم سلاح بشري، وهو سلاح المرونة، هذا السلاح الذي إن امتلكناه عشنا حياة خالية من العلاقات السامة ومن الصدام ومن الحزن ومن القلق؛ لأنه باختصار يعلمنا منطق التكيف ومبدأ الصبر وسلوك الرشاد... هي فرصة كانت مناسبة لتتسع الرؤية عندي للحياة من زوايا مختلفة، وربما لم يكن ذلك ليتاح لي لو لم أعش هذه التجربة التي عرفت خلالها أن الإنسان أعظم مخلوق، من خلال دراسة عقله ونفسيته وأحاسيسه وسلوكه، هي بلا شك تجربة فريدة.

الشعب: هل تذكر قصة أوموقفا معينا أثر فيك أورافقك تأثيره خلال مسارك المهني؟ الدكتور محمد فاضل ولد عبدي ولد أكوهي: المواقف عديدة صراحة وكلها مؤثرة، ولكن يمكن أن أتحدث عن مريضة بمرض الفصام سألت أخاها عن من يشرف على صحتها فقال لي أنا، فقلت له هل أنت متزوج؟ فقال لي كلا لم أستطع الزواج وقررت المكوث مع أختي المريضة، حتى أشرف بشكل مباشر على علاجها، السيدة مصابة بمرض الفصام ومع ذلك استطاعت أن تميز عمق كلامه وانفجرت بالبكاء وصارت تقول بكلمات متلعثمة وصوت مبحوح... هو لم يرد أن يتخلص مني كما فعل إخوتي وأخواتي.. فقد ضحى بكل شيء لأجلي..!!سألته آخر سؤال منذ متى وأنت تشرف عليها فقال لي منذ 32سنة.

بعد خروجهم..عرفت أن الدنيا لا زالت بخير ...وأن الأخوة رجولة والرجولة قيم والقيم تعني أن نرعى من نحب ونهتم به ونضحي من أجله..خصوصا بين الأخ وأخته.

الشعب: هل من نصائح عامة نختم بها هذا الحوار؟

الدكتور محمد فاضل ولد عبدي ولد اكوهي: في ختام اللقاء أجدد شكري لكم على هذه الفرصة الطيبة، وأتمنى أن نكون قد أثرينا الحوار بما يعود بالنفع على وعي المواطن بخصوص مجال الصحة النفسية، والذي ما زال للأسف الشديد دون المستوى المطلوب في بلدنا رغم أننا قادرون على التقدم أشواطا عديدة في هذا المجال...

وأخيرا أنقل إليكم بعض الإرشادات المفيدة في هذه الظرفية الحساسة..

يجيب علينا أن نعلم أن:

- الضغوط الحياتية والتوتر والقلق والخوف هي ظواهر إنسانية قديمة موجودة مع وجود الإنسان ذاته لقول الله سبحانه وتعالى: (لقدْ خلقْنا الإنسان في كبد).

- الشعور بالضغط النفسي والتوتر والخوف هو أمر طبيعي وليس معنى أن تكون لديك تلك المشاعر أنك إنسان ضعيف أوجبان أولديك خلل نفسي أوديني.

- الخوف الزائد والهلع النفسي والذعر ليست الاستعداد الأمثل للخطر، بل هي تضيف طبقة أخرى من الإجهاد النفسي التي تضر بجهاز المناعة وتجعلنا أكثر عرضة للأخطار. - مواقع التواصل الاجتماعي عامل مهم وأساسي في الحصول على المعلومات، ولكنها أيضا عامل مهم من عوامل زيادة الإحباط والتوتر والقلق والاكتئاب؛ فلذلك ننصح بالحد والتقليل من استخدامها في أوقات الأزمات واستبدالها بالتواصل المباشر مع الأبناء والعائلة..

- الإجهاد واليقظة المفرطة لتتبع الأخبار بهوس يزيد من تردي الوضع النفسي للأشخاص، ويمكن أن تسبب أوتزيد بعض الاضطرابات النفسية، والتي منها هوس أووسواس النظافة والعزلة وغيرها من المشاكل، لذلك يجب الاهتمام بفترات كافية من النوم، مع الاعتناء بالذات، والتعامل مع موضوع النظافة كمنهاج حياة وليس ردة فعل لحدث معين.

كيف تنقذ هاتفك عند سقوطه في الماء؟



كثيرا ما يتعرض الهاتف الذكي للبلل خلال فصل الخريف بصفة خاصة بسبب هطول الأمطار أو الوقوع في بركة مياه، فضلا عن حالات انسكاب السوائل عليه في المكتب أو المقهى مثلاً. فكيف يمكن إنقاذه في مثل هذه الحالات؟

وللتعامل مع مثل هذه الحالات، أوضحت مجلة التكنولوجيا "13n" الألمانية، أنه يتعين على المستخدم إيقاف الجهاز فورا للحيلولة دون حدوث أعطال كهربائية، مع ضرورة خلع البطارية إن أمكن.

وتتمثل الخطوة التالية في تجفيف الهاتف الذكي، وذلك من خلال تفكيك جسم الهاتف وإخراج بطاقة SIM وبطاقة الذاكرة، ولف الهاتف في منشفة ورقية، ثم وضع الهاتف لعدة أيام في كيس بلاستيكي مغلق به أرز جاف غير مطهي، حسبما نقلت وكالة الأنباء الألمانية.

وحذرت "13n" من استعمال مجفف الشعر أو الفرن أو الميكروويف أو أشعة الشمس الحارقة بغرض تجفيف الهاتف الذكي، مشددة على ضرورة عرض الهاتف بعد ذلك على الفنيين المتخصصين لاتخاذ إجراءات الإصلاح اللازمة.

أبرز الأحداث الفلكية في 2020.. بينها ظاهرة تحدث مرة كل 20 عام



سيشهد العام الجديد عددا من الأحداث الفلكية المميزة، أبرزها 3 حالات خسوف للقمر، وعمليتا كسوف للشمس، هذا إلى جانب زخات عديدة للشهب، فضلا عن اقتران بين كوكبي المشتري وزحل.

وبحسب ما نقلت صحيفة "الإمارات اليوم" عن مدير مركز الفلك الدولي محمد شوكت عودة، فإن أول كسوف للشمس هذا العام سيكون في 21 يونيو الجاري، وهو عبارة عن كسوف حلقي، في كل من سلطنة عمان واليمن وأجزاء بسيطة من المملكة العربية السعودية، بينما سيكون كسوفا جزئيا في الإمارات وبقية الدول العربية.

أما الكسوف الثاني بحسب عودة فسيكون كليا، وسيحدث يوم 14 ديسمبر المقبل، ولن يشاهد من المنطقة العربية.

ومن ضمن الأحداث الفلكية المميزة خلال العام الجديد، سيكون اقتران كوكب المشتري مع كوكب زحل في 21 ديسمبر المقبل (الساعة 01:22 ظهرا بتوقيت غرينتش)، إذ يكون الاقتران بشكل مبسط هو وقوع جرمين بالقرب من بعضهما بعضا كما يرى ظاهريا من الأرض، علما أن اقتران المشتري مع زحل يحدث كل 20 سنة تقريبا.

خوارزمية لغوغل قد تفيد في الكشف عن سرطان الثدي

رغم أن الدراسة لا تزال في مراحلها المبكرة فإنها قد تساعد على التقليل من نتائج الفحوصات الخاطئة.

أفادت مجلة "وايرد" الأميركية بأن الأبحاث المبكرة أكدت أن خوارزمية غوغل يمكنها تحسين جودة ودقة فحوصات الثدي بأشعة "الماموغرام" السينية.

وذكرت المجلة التي تهتم بالتقنيات المستجدة في مجال الثقافة والصحة وغيرهما، أن واحدة من كل ثماني نساء سيجري تشخيصهن بمرض سرطان الثدي أثناء حياتهن.

وفي محاولة لتسريع عملية الكشف، جرب باحثون خوارزمية التعلم العميق للتعرف على سرطان الثدي في أجهزة المسح الضوئية بدقة اختصاصي الأشعة نفسها أو أفضل منه.

ورغم أن الدراسة لا تزال في مراحلها المبكرة فإنها قد تساعد في نهاية المطاف على التقليل من نتائج الفحوصات الخاطئة في الولايات المتحدة وتخفف من حدة النقص في عدد فنيي واختصاصيي الأشعة في بريطانيا، حسب المقال الذي نشرته المجلة للصحفية نيكول كوبي.

ووفق تعريف موقع ويكيبيديا الإلكتروني، فإن التعلم العميق هو مجال بحث جديد يتناول إيجاد نظريات وخوارزميات تتيح للآلة أن تتعلم بنفسها عن طريق محاكاة الخلايا العصبية في جسم الإنسان. وهو أحد فروع العلوم التي تتناول علوم الذكاء الاصطناعي.

أما الخوارزميات فهي مجموعة من القواعد والأوامر التي تنفذ بشكل متسلسل ومنظم لحل مشكلة معينة.

ولما كان الكشف المبكر عن المرض عاملا أساسيا في العلاج، فإن النساء اللائي تجاوزن سن الخمسين يخضعن للفحص في الولايات المتحدة وبريطانيا حتى لو لم تظهر عليهن علامات الإصابة بسرطان الثدي.

ويمكن أن تكون نتائج الفحص السلبية غير صحيحة وحينها قد يكون السرطان مميتا.

وتعكف شركة "ديب مايند" التابعة لشركة غوغل، بالتعاون مع هيئة الخدمات الصحية الوطنية البريطانية، على تطوير الذكاء الاصطناعي بحيث يستطيع قراءة فحوصات شبكية العين واكتشاف الإصابة بسرطان العنق.

واستخدم باحثون من الكلية الإمبريالية البريطانية لأبحاث السرطان وجامعة نورث ويسترن ومستشفى سوري كاونتي الملكي وخدمة غوغل الطبية، نظام التعلم العميق الذي طورته شركة ديب مايند على مجموعتين مختلفتين من البيانات المتعلقة بفحوصات الثدي، إحداهما من الولايات المتحدة والأخرى من بريطانيا.

وخلص الباحثون إلى أن الذكاء الاصطناعي يمكنه المساعدة على قراءة صور أشعة الماموغرام السينية للثدي بشكل دقيق.

ونقلت نيكول كوبي في مقالها عن مدير خدمة غوغل الطبية دومينيك كينغ أن ما تحقق يمثل خطوة أخرى في محاولة الإجابة عن بعض الأسئلة التي تعد أساسية في عرض النتائج على أرض الواقع.

وقالت "هذه خطوة أخرى تقربنا أكثر في سعينا لتطبيق هذا النوع من التقنية على نحو آمن وفعال".

وتقول الدراسة إن نموذج الذكاء الاصطناعي يستطيع التنبؤ بسرطان الثدي بمثل مستوى دقة فني الأشعة المتمرس. وبالمقارنة مع الخبراء من بني البشر، تمكن النظام من التقليل من نسب نتائج الفحوص الإيجابية الكاذبة بمقدار 5.7% في الولايات المتحدة و1.2% في بريطانيا، وبمعدل 9.4% بالنسبة للنتائج السلبية في الولايات المتحدة و2.7% في بريطانيا.

غير أن تلك النتائج لا تعكس بالضرورة كيفية قراءة مثل تلك الفحوصات في الواقع.

وتشير الدراسة إلى أن خوارزمية شركة ديب مايند تعمل بشكل أفضل من اختصاصي أشعة بمفرده، كما أنها لا تقل شأنا بالمقارنة مع أداء اثنين منهما.

ورغم نجاح الدراسة فيما توصلت إليه، فإنه لا يمكن للذكاء الاصطناعي أن يحل تماما محل اختصاصيي الأشعة، لكنه قد يساعدهم في عملهم، كما تؤكد كارولين روبن نائبة رئيس قسم الأشعة السريرية بالكلية الملكية لاختصاصيي الأشعة.



في بَلاط المُتنبي

(الحلقة الثامنة)

بقلم الأستاذ: محمد ولد إمام



انظر معي إلى هذه الأبيات من إحدى قصائد المتنبي المشهورة:

أطاعنُ خيلاً منْ فوارسها الدهْرُ
وَحيداً، وما قوْلي كذا! ومَعي الصّبرُ

ويكفيك الشطر الأول حين تتمعن فيه، لتعذُرهذا الرجل في حقده على أهل عصره، فهو يُطاعن خيلا الدهرُ كلُّه بعضُ فوارسها !
ثم يواصل وصف أخلاقه وشجاعته واقتحامه:

وأشجَعُ مني كلّ يوْمٍ سلامَتي
وما ثَبتَتْ إلاّ وفي نفْسها أمْرُ
تمَرّسْتُ بالآفاتِ حتى ترَكْتُها
تقولُ أماتَ الموْتُ أمْ ذُعرَ الذُّعْرُ؟
وأقدَمْتُ إقدامَ الأتيّ كأنّ لي
سوَى مُهجَتي أو كانَ لي عندها وِتْرُ
ذَرِ النّفْسَ تأخذْ وُسعَها قبلَ بَيْنِها
فمُفْتَرِقٌ جارانِ دارُهُما العُمْرُ

فالعمر قصير والحياة زائلة فخذ بحظك منها ما دمت قادرا ولا تبال بشيء.

ولا تَحْسَبَنّ المَجْدَ زِقّاً وَقَيْنَةً
فَما المَجْدُ إلاّ السّيفُ وَالفتكَةُ البِكْرُ
وَتَضرِيبُ أعناقِ المُلوكِ وَأنْ تُرَى
لَكَ الهَبَواتُ السّودُ وَالعَسكَرُ المَجْرُ

وأذكر أني قرأت مرة لبعضهم أنه لو كان غير المتنبي قائل هذا البيت لقال وتضريب أعناق الرجال.. ولكن المتنبي لا يرى كفئا له إلا الملوك، والغريب عندي أن يُنشد هذا أمام أمير أو ملك! فانظر شجاعة الرجل وضيقه بأهل دهره الذين بخسوه حقه وتآمروا عليه، ويتمادى في ذلك في الأبيات التي بعد هذا فيقول:

إذا الفَضْلُ لم يَرْفَعكَ عن شكرِ ناقِصٍ
على هِبَةٍ فالفَضْلُ فيمَن لهُ الشّكْرُ
وَمَن يُنفِقِ السّاعاتِ في جَمعِ مالِهِ
مَخافَةَ فَقْرٍ فالّذي فَعَلَ الفَقْرُ
وكم من جبالٍ جُبْتُ تشهدُ أنّني الـ
ـجبالُ وبَحرٍ شاهدٍ أنّني البَحْرُ
وجَنّبَني قُرْبَ السّلاطينِ مَقْتُها
وما يَقْتَضيني من جَماجِمِها النَّسْرُ
وإنّي رأيتُ الضُّرّ أحسَنَ منْظَراً
وأهْوَنَ منْ مَرْأى صَغيرٍ بهِ كِبْرُ

فهو يمقت قرب هؤلاء الملوك، وكبرهم بغير حق فهو يرى نفسه مثلهم بل أرفع قدرا، مثل قوله: وفؤادي من الملك وإن كان لساني يُرى من الشعراء!
وسنقف قليلا عند أبيات من لاميته المنسرحية الشهيرة، ففيها يتناول قضية النسب فيقول:

أنا ابنُ مَنْ بعضُهُ يَفُوقُ أبَا الـ
ـباحِثِ والنَّجلُ بعضُ من نَجَلَهْ
وإنّما يَذْكُرُ الجُدودَ لَهُمْ
مَنْ نَفَرُوهُ وأنْفَدوا حِيَلَهْ

أي أن من يفاخر بالجدود هو فقط من عجز ونفدت حيله فلم يبق له إلا الفخر بالغابرين واستدعاء الماضي وأهله، لأن حاضره لا يسعفه! وأرى أن هذين البيتين يصلحان لحالنا المعاصر فعالمنا العربي العاجز والمتأخر علميا وتقنيا غارق في الماضي وأمجاده الغابرة، لأن حاضره بائس لا مجد فيه، فترى أغلبنا يستدعي عصور النهضة الإسلامية وما كان فيها من تقدم أيام عصورها الذهبية، وما ذلك إلا لأن الحاضر لا مجد فيه.
ونرجع إلى أبي الطيب مع هذه الأبيات الرائعة:

فخراً لعَضْبٍ أرُوحُ مُشْتَمِلَهْ
وسَمْهَرِيٍّ أرُوحُ مُعْتَقِلَهْ
وَلْيَفْخَرِ الفَخْرُ إذْ غَدَوْتُ بهِ
مُرْتَدِياً خَيْرَهُ ومُنْتَعِلَهْ
أنَا الّذي بَيّنَ الإلَهُ بهِ الـ
ـأقْدارَ والمَرْءُ حَيْثُما جَعَلَهْ

فهو هنا يعتبر نفسه مقياسا يُبين الله به أقدار الناس، ومنازلهم، فمن كان كريما عظيم القدر بان ذلك في تعامله مع أبي الطيب وبان أيضا في شعره، فهو:

جَوْهَرَةٌ تَفْرَحُ الشِّرافُ بهَا
وغُصّةٌ لا تُسيغُها السَّفِلَهْ
إنّ الكِذابَ الذي أُكادُ بهِ
أهْوَنُ عِندي مِنَ الذي نَقَلَهْ

فالكذب والنميمة أحقر عند المتنبي ممن يمشي بهما!

فَلا مُبَالٍ وَلا مُداجٍ وَلا
وانٍ وَلا عاجِزٌ وَلا تُكَلَهْ
ودارِعٍ سِفْتُهُ فخَرّ لَقًى
في المُلْتَقَى والعَجاجِ والعَجَلَهْ
وسامِعٍ رُعْتُهُ بقافِيَةٍ
يَحارُ فيها المُنَقِّحُ القُوَلَهْ
ورُبّما أُشْهِدُ الطّعامَ مَعي
مَنْ لا يُساوي الخُبزَ الذي أكَلَهْ
ويُظْهِرُ الجَهْلَ بي وأعْرِفُهُ
والدُّرُّ دُرٌّ برَغْمِ مَنْ جَهِلَهْ

وقد والله صدق، فهل ضر شعر المتنبي جهل بعض أهل دهره به؟ وها نحن نتدارسه بعد أكثر من ألف سنة!
ثم اقرأ معي هذه الأبيات من قصيدة له:

يَهُونُ على مِثْلي إذا رَامَ حاجَةً
وُقُوعُ العَوالي دونَها والقَواضِبِ
كَثيرُ حَياةِ المَرْءِ مِثْلُ قَليلِها
يَزُولُ وَباقي عَيشِهِ مثلُ ذاهِبِ

ثلاثية الأبعاد

• سيدي محمد متالي

محاربة الشائعة

لم تكن وسائل الاتصال متاحة في منتصف سبعينات القرن الماضي ونحن يومها ندرس في المستوى الإعدادي... فقد تكون عند بعض مديري الثانويات هواتف ثابتة لكنها لا تخرج عن الشبكة الداخلية للمدينة... فلم يكن باستطاعة المدير في الداخل الاتصال بالوزارة... إلا أن حركة البريد كانت نشطة... وكنا نتلقى الرسائل من موزع البريد مرتين في الأسبوع... وكان يكفينا أن نكتب على ظرف الرسالة عبارة F.S وهي اختصار للعبارة الفرنسية (الأسرة المدرسية)... فكانت هذه العبارة تكفي من الطابع البريدي الذي كان هو الآخر جد رخيص...
اجتمع بنا الكبار في ساحة المطعم عند الصباح ونحن نخرج من المساكن الداخلية لنتناول وجبة الفطور... القهوة بالحليب و الخبز مع الشكولاتة أو الزبدة الفرنسية أو الكونفيتير...
كانت وجبة راقية في تلك الفترة... ومنا من يأخذ الحليب فقط دون القهوة.. فكل ذلك متاح على طاولات المطعم التي يتقاسمها في العادة ثمانية تلاميذ يرأس أحدهم جماعته... وعادة ما يكون الأسن من بينهم...
قبل أن ندخل إلى المطاعم التي تعد عند الصباح الباكر اجتمع بنا قادة القسم الداخلي من التلاميذ وقالوا إنه في مدينة العيون، التي تبعد عنا أكثر من ثمانمائة كيلومتر إلى الشرق.. أنه قد قتل تلميذ في مناوشات بين الشرطة وتلاميذ من المؤسسة في إطار مظاهرات نظمها التيار الناصري الذي كانت مدينة العيون معقلا من معاقله...
التعليمات بشأن ردود الفعل تملى على الطريقة العسكرية...
القرار الأول هو إضراب عن الفصول لمدة ثلاثة أيام...
الآلية تتمثل في الخروج من المطاعم مباشرة إلى ملعب كرة القدم و التجمهر هنالك لاعتراض تلاميذ القسم الخارجي الذين يصلون ابتداء من الساعة السابعة والنصف على متن حافلات ثلاث تحملهم من وإلى المدينة عبر أربع رحلات يومية أيام الدراسة...
ومن الآليات كذلك منع التلاميذ (ذوي الآباء) من الدخول إلى المؤسسة بأي طريقة كانت...
وعادة ما يصل هؤلاء، على قلتهم، في سيارات شخصية لا يتجاوز أصحابها عدد أصابع اليد الواحدة...
بعد عشرين دقيقة كانت ساحة المؤسسة خالية من التلاميذ.. وكان الأساتذة الذين دخلوا للتو من الحي المجاور للمؤسسة أو من المدينة يتجمهرون أمام الباب الخلفي لمكتب المدير.. كأنما يبحثون عن الحماية من صولة ما يزيد على ألف مراهق غاضبين ومتحمسين...
بعض الآباء لم ينزل أبناءه من السيارة خوفا عليهم من صدام محتمل بين التلاميذ والشرطة.. التي أخذ المدير يستدعي السلطات المحلية من أجل إرسالها لضبط النظام والحفاظ على الأمن العام.. مرت الدقائق قصيرة بالنسبة لمن تعودوا الكسل وضجروا من قاعات الدرس.. ولكنها كانت طويلة على هيئة التأطير التي تسعى إلى أي وسيلة تكسر بها هذا التحرك...
حالة استنفار قصوى يقوم بها الجهازان الإداري والتربوي في المدينة الذي اتصل على أعلى الهرم ليتأكد من أن الشائعة لا أساس لها من الصحة... فالدروس في ثانوية العيون تسير بصفة نظامية في الوقت الذي نحرص نحن على الاستمرار ونتابع قادتنا على المضي قدما في مواصلة ردة الفعل على هذه الحادثة التي لم نكلف أنفسنا عناء البحث عن مصدرها..
يتواصل...

أعـراض ارتفـاع السـكر..

لطالما اعتبر ارتفاع سكر الدم مشكلة جدية، قد تؤثر على صحة المصاب بها وتهدد حياته، إذ يؤثّر على القلب والأوعية الدموية والأعصاب الطرفية والعينين والقدمين، كما يؤدّي إلى الإصابة بأمراض خطيرة في الجلد، إضافةً إلى أنه يسبّبُ شعورًا دائمًا بالعطش وبطءَ التئام الجروح، ويؤثّر عميقًا على الصحة العامة للجسم.

ومن المعروف أن السكري مرضٌ مزمنٌ يُلازِم الإنسان طوال حياته بمجرد الإصابة به، وعادة ما تعزى الإصابة به إلى الزيادة الكبيرة لمستوى السّكر الموجود في الدم النّاجمة عن نُقصان في هرمون الأنسولين الذي يُفرزُه عضُو البنكرياس والذي يعمل على حرق السكر وتحويله إلى طاقة ليستفيدَ منها الجسم، ويَحدث هذا النقصان بسبب وجود خلل في البنكرياس.

أعراض ارتفاع السكر المفاجئ

وعندما ترتفع نسبة السكر في الجسم تظهر عدة أعراض على الأشخاص المصابين بهذه الحالة، خاصة في حال استمرّت مستويات السكر في الارتفاع، حيث تكون أعلى من 350 ملغم\ديسلتر عند الكبار أو أعلى من 240 ملغم\ديسلتر عند الأطفال.

وعادة ما يترافقُ ارتفاع السكر المفاجئ مع ظهور العديد من الأعراض، وأهمّها تكرار عدد مرات التبوّل، بحيث تُصبح أكثر من الحدّ الاعتيادي والإحساس بالعطش الشديد إضافة إلى تشوّش في الرؤية مع شعور بالتعب والإرهاق وأيضا شعور بالنعاس.

كما تشمل أعراض ارتفاع السكر المفاجئ خسارة الوزن بشكل سريع والإحساس بحكّة في الجلد فضلا عن خروج رائحة أسيتون من الفم، نتيجة ارتفاع حمض الكيتون في الدم إلى جانب الإصابة بالصداع والغثيان، والحاجة إلى التقيؤ في بعض الأحيان. علاوة على صعوبات في التنفس وفقدان القدرة على التركيز، وأيضا الدخول في غيبوبة وكذلك الإحساس بآلام في البطن.

أعراض ارتفاع السكر التراكمي

يشير السكر التراكمي لزيادته عن المعدل الطبيعي الي هو ما بين 4.2 الي 6.4 وهو ينتج عن التصاق السكر (الجلوكوز) بجزيئات الهيموجلوبين الموجود في كريات الدم الحمراء وهو المسؤول عن نقل الأكسجين في الدم، حيث يتحول عند التصاق الجلوكوز معه إلى الجلايكيت، فعندما تزيد نسبة الجلوكوز في الدم فإن نسبة الهيموجلوبين المحمل بالجلوكوز ستزيد ويبقى كذلك حتى انتهاء عمر كريات الدم الحمراء وهو تقريبا ثلاثة أشهر.

وغالبا ما تشمل أعراض ارتفاع السكر التراكمي كثرة التبوّل وجفاف الفم والشعور المتزايد بالعطش والجوع إضافة إلى فقدان الوزن ذلك لأنّ خلايا الجسم لا تحصل على حاجتها من الجلوكوز، فيكسّر الجسم العضلات والدهون للحصول على الطاقة، ممّا يفقد الشخص وزنه الزائد.

كذلك تشمل أعراض ارتفاع السكر التراكمي التنميل والخدران في الأطراف ويحدث هذا بسبب حدوث خلل في الأعصاب، وهو أحد مضاعفات ارتفاع السكر الذي يستمر لسنوات دون السيطرة عليه إلى جانب اضطراب الرؤية أو ضبابيتها مع شعور بالصداع، وخلل في التركيز وأيضا التعب والإرهاق وبطء التئام الجروح وكذلك الانتفاخ.

أعراض ارتفاع السكر بعد الأكل

تبلغ النسبة الطبيعيّة للسكر في الدم للشخص الصائم لمدة 8 ساعات، ما بين (80-100 ملغم/ديسيلتر)، وعند ارتفاع نسبة السّكر إلى 120 ملغم/ديسيلتر يُعتبر هذا مؤشراً يستوجب مراقبة نسبة السكري بعد الأكل بشكل منتظم

وتشمل أعراض ارتفاع السّكر بعد الأكل الشعور بالتعب، والضعف، والإنهاك والعطش الشديد، مع كثرة التبول وتشويش في الرؤية، إضافة إلى الشعور بتنمنمة أو وَخز في أصابع القدمين واليدين وأيضا تقلصات في العضلات، فضلاً عن السرعة في معدل التنفس والشعور بالدوار، والغثيان.

كما تشمل أعراض ارتفاع السكر بعد الأكل جفافَ الفم، والحلق، واللسان وفقدان القدرة على التركيز والارتجاف وشحوب الوجه والشعور بالقلق والتوتر.



العلماء يكتشفون أضرارا جديدة للتدخين



التدخين يُسهم في تطور مرض انفصام الشخصية والاكتئاب، ما يساهم في زيادة خطر الإصابة بالاضطرابات العقلية، وتم التوصل إلى هذا الاستنتاج من قبل علماء الوراثة البريطانيين، تم نشر دراستهم في مجلة الطب النفسي.

لقد حلل العلماء الحمض النووي لأكثر من نصف مليون شخص في المملكة المتحدة، اتضح أن الأشخاص الذين يعانون من مرض انفصام الشخصية والاكتئاب يدخنون بشكل ملحوظ أكثر من المشاركين الآخرين في التجربة العلمية.

الإقلاع عن التدخين

علماء يكتشفون الخطر القاتل لفلاتر السجائر بالإضافة إلى ذلك، كان البريطانيون المصابون بإدمان النيكوتين أكثر عرضة للإصابة بمرض انفصام الشخصية، واحتمال إصابتهم بالاكتئاب المزمن أكثر من غير المدخنين بمقدار الضعف تقريباً.

طرح علم الوراثة نظرية أن النيكوتين يعطل عمل السيروتونين والدوبامين، وهما من الهرمونات الأكثر أهمية في الدماغ، ويشاركان في تطور الفصام والاكتئاب.

القفازات أحادية الاستعمال
قد لا تحمي 100% من كورونا

قالت الجمعية الألمانية لمكافحة الأمراض المعدية إن القفازات المطاطية أحادية الاستعمال، لا توفر حماية كاملة ضد فيروس كورونا.

وأوضحت الجمعية الألمانية أن هذه القفازات لا تمنع التسرب بشكل كامل لكل ما يلمسه الإنسان، وبذلك يمكن أن يتسرب الفيروس إلى اليد عن طريق الأسطح المصابة، وبعدها يصيب الإنسان بمجرد ملامسة الأغشية المخاطية كالموجودة في الأنف أو الفم أو العين.

وعلى الرغم من إسهام القفازات في تقليل فرص العدوى، فإن أهم ما يوصى به هو عدم لمس الأنف أو الفم لعدم نقل الفيروس إلى الأغشية المخاطية بهذه الأماكن. وبعد العودة إلى المنزل، يجب غسل اليدين جيداً وبشكل مكثف لمدة لا تقل عن 20 ثانية أ القيام بتعقيمهما، وبشكل عام ينبغي الالتزام بقاعدة التباعد الاجتماعي للحدّ من خطر الإصابة بهذا الفيروس.

بخصوص استكمال البطولة الوطنية لأندية الدرجة الأولى

الاتحاد الإفريقي لكرة القدم يتخذ بعض القرارات



أصدرت لجنة الطوارئ بالاتحاد الافريقي لكرة القدم قرارات جديدة بشأن مستقبل بطولات الأندية للموسم الحالي والموسم المقبل وبحسب عارفين بالشأن المحلي ستغير حتما من خطة المكتب التنفيذي للاتحادية الوطنية لكرة القدم بخصوص مستقبل الموسم الكروي لهذا العام وتلخصت أبرز قرارات لجنة الطوارئ بالكاف فيما يلي :

- تحديد فاتح ستمبر من 2020 موعدا للفترة الأولى لتسجيل اللوائح في المسابقتين (كأس رابطة الأبطال الإفريقية وكأس الكونفدرالية الإفريقية) وحتى العشرين من نفس الشهر،

على أن تبدأ الفترة الثانية لتقييد اللاعبين من الحادي والعشرين من الشهر ذاته على أن تنتهي عند الثلاثين منه ، مع التنبيه على أن اللاعبين الذين تم تسجيلهم في الفترة الثانية لتقييد اللاعبين لا يمكنهم المشاركة قبل دوري 16 ، مع إلغاء الغرامات المالية المترتبة على ذلك أصلا.

- إلغاء الدور التمهيدي ؟ في البطولتين ، على أن تلعب مباريات دور الـ 64 ودور الـ 32 في شهر أكتوبر ، على أن تنطلق مباريات المجموعات لدور 16 في شهر نوفمبر ، مع وجود سيناريو تم الاتفاق حوله.

وبهذا يكون الكاف قد وضع الاتحاد الموريتاني لكرة القدم في مأزق حيث أعلن الأخير شهر سبمتبر موعدا لاستكمال موسم 2019 - 2020 وهو نفس التاريخ الذي أعلنه الاتحاد الإفريقي لكرة القدم كموعد لتقديم اللوائح بالنسبة للأندية المشاركة في مسابقتي كأس رابطة الأبطال الإفريقية وكأس الكونفدرالية عن الموسم المقبل.

رئيس نادي كيهيدي يُبدي رأيا حول الأندية الموريتانية

قال با خاليدو رئيس كيهيدي ، في تصريح لموقع كورة العربي العالمي إن كرة القدم في الداخل الموريتاني تعاني الكثير من المشاكل والصعوبات ، مع أنه لكل منطقة ما يميزها عن غيرها. وأوضح خاليدو في تصريحات صحفية أنه من النادر أن تكون الأندية التي تنشط في الدوري الموريتاني تملك رعاية ، لكن المعضلة الأكبر أن الجمهور أيضا يعزف عن الملاعب في نواكشوط ولا يحضر سوى لمباريات المنتخب الوطني. وطالب أندية العاصمة بتعبئة جماهيرها ، كي تحضر المباريات المحلية ، وتحسن مظهر صورة الملاعب في التليفزيون أثناء بث المباريات. وشدد على أن فيروس كورونا أثر سلبا على الرياضة بشكل عام ، لكن المهم سلامة النفوس ويجب أن تكون لها الأولوية قبل تطوير اللعبة.

بوبكر جوب المدرب الأبرز محليا بتجربته الناجحة ومسيرته الحافلة



يعتبر بوبكر جوب الملقب"أنجوبو" المدير الفني لنادي الوئام ، من أبرز المدربين في موريتانيا ، خلال الوقت الحالي بحكم تتويجه في العشرية الأخيرة بعدد من الألقاب المهمة والحاسمة. وكان أنجوبو يعمل كشرطي ، لكنه دخل المعترك الكروي من الباب الواسع ، حيث تولى تدريب الشرطة الوطنية لعدة مواسم ، وحقق معه نتائج مقبولة ، قبل أن يرحل إلى أندية أخرى في العاصمة نواكشوط ، فضلا عن تجربة قصيرة ضمن الجهاز الفني لشباب موريتانيا. وأنجوبو هو المدرب الموريتاني الوحيد الذي فاز ببطولة الكأس الوطنية 3 مرات متتالية واحدة مع زمزم (كينج نواكشوط حاليا) ومرتين مع لكصر ، في مواسم 2013 ، 2014 ، 2015 ، وهو إنجاز خطف من خلاله الأضواء وتم ترشيحه لجائزة أفضل مدرب محلي في البلاد. وفي عام 2017 توج بلقب الدوري الموريتاني مع نادي الوئام ، وشارك معه في البطولة العربية للأندية ، وكذلك دوري أبطال إفريقيا ، ورغم أنه فشل في التأهل للدور الثاني في المسابقتين ، إلا أن مشواره لم يكن بذلك السوء خاصة في بطولة العرب. الموسم الماضي قررت إدارة الوئام الاستغناء عن خدماته بشكل مفاجئ ، لكنها عادت وتراجعت عن القرار ، بعد عدة جولات من الدوري ، تذيل خلالها الفريق الترتيب العام.

جوارديولا يحلم بتغيير مساره

نجح الإسباني بيب جوارديولا في التتويج بكل الألقاب الممكنة على صعيد الأندية ، ويبدو أن مدرب مانشستر سيتي بدأ التخطيط للفوز بالبطولات على المستوى الدولي أيضا وفقة المنتخبات.

ووفقا لشقيقه ووكيل أعماله ، بيري جوارديولا ، فإن الإسباني يحلم بتدريب أحد المنتخبات في يوم من الأيام.

وعند سؤال بيري عن إمكانية تدريب جوارديولا للمنتخب البرازيلي ، أجاب لصحيفة "Globo Esporte" البرازيلية ، بحسب ما نقلت صحيفة "ديلي ميل" ، "البرازيل فازت بكل شيء مع مدربين برازيليين ، أعتقد أنكم تملكون مدربين جيدين ، ولا تحتاجون للأجانب".

وأضاف : "بيب يحلم بتدريب أحد المنتخبات في يوم من الأيام ، وسنرى كيف ستسير الأمور ، الأمر لا يتعلق بالحاضر".

يذكر أن جوارديولا ارتبط اسمه في السابق بتدريب المنتخب البرازيلي ، كما حاول المنتخب الأرجنتيني خطفه ، عقب نهاية مونديال روسيا 2018 ، وسبق وأن استبعد تدريب المنتخب الإسباني.

الكاف يتبع استراتجية جديدة لتحديد الأندية التي ستشارك في المسابقات القارية



حدد مسؤولوا الاتحاد الأفريقي لكرة القدم "كاف" كيفية إختيار الأندية المشاركة في البطولات القارية للموسم المقبل.

وسيتم اختيار الأندية على النحو التالي:

- بالنسبة للاتحادات التي أكملت موسم 2019/2020 ، فإن الفرق المشاركة في البطولات الإفريقية الموسم القادم هي الفرق المؤهلة من المسابقات الوطنية 2019/2020 وفقا لمعايير المشاركة السابقة. - بالنسبة للاتحادات التي لم تكتمل مسابقاتهم المحلية لموسم 2019/2020 لكنهم وضعوا معايير لتصنيف الفرق أو الترتيب في المسابقات الوطنية 2019/2020 ، فإن الفرق المشاركة في البطولات الإفريقية الموسم القادم هي الفرق المؤهلة من المسابقات الوطنية 2019/2020 وفقا لمعايير المشاركة السابقة.

- بالنسبة للاتحادات التي لم تتمكن من إكمال موسم 2019/2020 واعتبروا أن هذا الموسم قد تم إلغاؤه تماما ولم يتم احتسابه ، فإن الفرق المشاركة في البطولات الإفريقية الموسم القادم هي نفس الفرق المؤهلة من الاتحاد المحلي في أخر نسخة (الموسم الماضي 2019/2020). - بالنسبة إلى الاتحادات الذين لم ينتهوا بعد من موسمهم الوطني بحلول وقت المشاركة ، سيُطلب منهم اختيار أحد المعايير المذكورة أعلاه لتحديد ممثلهم (ممثليهم) وسيوافق الكاف أو يرفض المعايير المختارة. يذكر أنه بالنسبة للنسخة القادمة من المسابقتين فقد تقرر إلغاء الدورين التمهيديين ، على أن تلعب مباريات دور الـ64 ودور الـ32 في شهر اكتوبر وتنطلق مباريات المجموعات لدور الـ 16 في شهر نوفمبر.

خواطر شعبية

منســـــوب "المجبنة"..!



حين أفكر في مدى تمدد (كورونا) وانتشاره أصاب بالرعب ويرتفع لدي منسوب (المجبنة) وأضرب عن الطعام وأهجر حياتي الطبيعية لتحاصرني الهموم من تفكير في نهاية العالم وضبابية المستقبل ونحو ذلك فيعبر (الإنسان الهلوع) في داخلي عن نفسه وارتجف خوفا من المجهول..

ولكن في لحظة صفاء يقلب لي الأمل صفحة بيضاء جديدة بدون ألم فافتحها لتتقاذفني الأماني السعيدة وأودع الخوف..

ويبدو باب الحياة مفتوحا أمامي على شمس مشرقة وسعادة قادمة فأرى وجه الوطن مضمخا بلون المزن الهتون ورائحة (النيعة) وريح الصبا..

(ويهب روح الأنس من قبل الحمى
وأرى خييمات الحمى وترائي)

كما يقول مولانا عبد الرحيم البرعي.

أحس بالحياة تتدفق خلف (كورونا) ضحكة طفل وولادة فجر وهجرة طيور وأماس مطيرة.

اكطاع الشعب

بين الدولة وعالق بسبب الحجر

الدولة:

ارفعْ ذَ لبْلْ بالجعْـلْ
عــنْ يلعْــلْ. ذَ ليْلْ
عاد امْهَـرّمْنْ يلعْـلْ
واعْطينْ خير املّ ذلْ
خلق اليسّلْ منْ كَبلْ
أ يسّلْ منْ شرگ اُمن تلْ

العالق:

انحان ندخـلْ مَذال
يكـان نرْجعْ لاعْيال
اُ صابرْ، والا ماهُ فال
نسّلْ، ذَ الحالْ استْثقلْ
معناها عنّ ما تـال
كونْ اتليت ان نسّلْ

الدولة:

التسـلل لاه منّـك
يجنْ واعليه الّ سنْك
يختيرْ إظرَكْ وإجنّكْ
واصبرْ. ذا الحالْ المستثقلْ
ماهُ لاه يبْـطْ عنّـكْ
يْزولْ. والا لا تعجـلْ

مشـاهـد بـدويـــة!



لم ينس الموريتانيون أن ينقلوا باديتهم إلى انواكشوط وبقية مدنهم وعواصم ولاياتهم. كانوا في حيرة لم يخرجوا منها؛ هل تتمدن البوادي أم تتبدى المدن؟!

المشاهد ناطقة: خيمة فوق (سطاح) قصر فخم وقطيع بقر يقطع شارعا رئيسيا وخليط من الأطفال والقطط والماعز في منزل واحد بلا فواصل وبدون عوازل.. الجلوس على قارعة الطريق وفي قلب العاصمة لقضاء (الحاجات) الكبيرة والصغيرة.. مشي الهوينى بين سيارات مسرعة أوقات الذروة..

للحديث بقية

كاريكاتير العدد

الإجراءات الإستباقية

؟؟! هل تعلم ؟؟!



أن الرعب يضعف المناعة وهو أخطر من كل فايروسات العالم؟

أنك أنت وسيلة الوقاية وهدفها؟

أن مساعدتك للسلطات الطبية والأمنية والإدارية هي قبل كل شيء مساعدة لك ولأسرتك ومجتمعك وشعبك وبلدك؟

أن الكرة في مرماك تحمي نفسك أو تفرط في صحتك؟

أن خرق القانون ومناطحة السلطات ليس عملا بطوليا؟

أن المواطن الذي يشوش على عمل السلطات الطبية والأمنية والإدارية وقت الوباء يرتكب جريمة وطنية؟



كن متحضرا

احرص على أن تتصدر المجلس!

انقل أخبار الوباء للناس في المنزل والمكتب والسوق والشارع.. أنت أفضل من الصحافة والمدونين وبيان (السادسة) الرسمي.. عدد الإصابات والوفيات واذكر الأسماء والمدن ولا تكن أضعف من الآخرين.. اجمع معلوماتك وإن لم تجد لها مصادر فالبركة في (الدجف) ادخل (اجماعه) ولو بأخبار سيئة كاذبة المهم أن تدخل (اجماعه) وربك الوهاب.

نحن لخبار اراوها في التلفزة، والا گاد اتروّح راصك!

كرونا اليوم عزّين حالة والبلاد ما حالة...!!

زركة العدد

المطلوب "اتفلوي" هذه الرسالة الصوتية التي سجلها أحدهم لمجموعة على الواتساب بعد أن ضمه صديقه لها:

السلام عليكم، ذاك منير. أياك الخير، أياك لباس. آن عودان امعاكم امشرفني حگ، أنختير انحييكم، وأران شاكر اميّ إجازيه ابخير.

حل "الزركة" الماضية

صاحب العيدان يمد في الوسع ز3 صاحب البعر يقتل في ح4 صاحب العيدان يمد في الضيق ب7 صاحب البعر يقتل في ب6 صاحب العيدان يمد في ج5 صاحب البعر يقتل في ب4 صاحب العيدان يقتل في أ5 ثم ج7 ثم هـ7 ثم ج9 ثم هـ9 ثم ز7 ثم ز9 ثم ط9 ثم ز7 ثم ط5 ثم ط3 ثم ز5

9
8
7
6
5
4
3
2
1
ط ح ز و هـ د ج ب أ